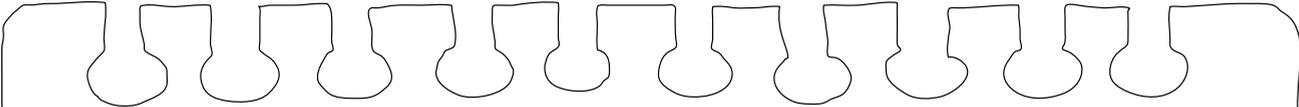


# ELLES NOUS INSPIRENT



CICR



# INTRODUCTION

Un pays dans la tourmente, une société patriarcale, une communauté en proie aux violences sexuelles et basées sur le genre, un handicap physique, une crise financière, une perte affective. Elles évoluent dans des contextes différents, font face à leurs propres défis, mais le courage relie leur histoire. À l'occasion de la **Journée internationale de la femme**, nous vous offrons un aperçu de la vie de quelques citoyennes de la région Asie-Pacifique, qui font de leur parcours un exemple de force et de courage et construisent un héritage solide pour les générations à venir.

# DOCTEUR MARIAM MAQSOODI

Mariam Maqsoodi, 29 ans, est mère de quatre enfants et gynécologue en formation à l'hôpital Rabia Balkhi à Kaboul soutenu par le CICR. Elle a grandi au Pakistan et savait qu'elle suivrait l'exemple de ses parents en devenant médecin. Plus tard, lorsqu'elle s'est installée dans son pays natal, l'Afghanistan, après avoir terminé ses études de médecine, il lui parut évident que c'était là qu'elle devait exercer. Ainsi, même si beaucoup de ses collègues ont quitté le pays lorsque la violence s'est intensifiée l'année dernière, Mariam a choisi de rester. « Je considère qu'il est de mon devoir d'être au service des femmes et de les écouter. C'est la raison de ma présence ici », dit-elle.

**Son histoire :** « J'ai grandi au Pakistan et j'y ai fait ma scolarité. Ensuite, je suis revenue en Afghanistan après avoir terminé mes études de médecine. Je suis maintenant en troisième année d'internat et il me reste encore un an et demi à faire », explique-t-elle.

**Difficulté rencontrée :** chaque jour, Mariam doit prendre la décision difficile de laisser ses enfants à la maison pour faire face à une autre journée de travail chargée à l'hôpital. « La vie en Afghanistan n'est facile pour personne. Le rôle des gynécologues est très important ici. Même s'il m'est très difficile d'être loin de mes enfants toute la journée, et qu'être ensemble nous manque vraiment, je leur rappelle sans cesse que mon travail est important et que je dois continuer », déclare-t-elle.

**Impact :** « J'ai établi un lien particulier avec les patientes. Elles commencent à me faire confiance et à partager leur histoire, et même les problèmes dans leur mariage. J'entends beaucoup d'histoires dans une journée. Je veux être là pour elles », affirme-t-elle.

**Cercle de soutien :** « Quand je ne suis pas à la maison, ma belle-mère s'occupe de mes enfants. Cela me permet de continuer à aider les autres. »



# ANNA JOHN LAKAIO

Anna vit depuis plus de trois décennies dans la désobéissance en choisissant de travailler comme enseignante dans les Hautes-Terres, en Papouasie-Nouvelle-Guinée. Elle remet en question l'idée que les femmes doivent rester à la maison, surmonte sa peur d'être blessée à cause des fréquents conflits tribaux, défie les attentes de la communauté, qui dictent que les femmes doivent rester silencieuses et ne pas participer aux prises de décisions, et combat toute résistance à l'éducation des filles ou à l'autonomisation des jeunes.

**Son histoire:** Anna, qui a récemment participé à un atelier pour les enseignants organisé par le CICR, est originaire de Tari dans la province de Hela. Elle assume actuellement la double fonction de responsable provinciale de l'orientation et du conseil et d'inspectrice pédagogique provinciale de l'enseignement secondaire à Hela. Mère de quatre enfants, Anna pense que l'éducation est la clé de changements durables, qu'il s'agisse de réduire les conséquences humanitaires des luttes tribales ou de créer un espace plus sûr pour les filles dans la communauté. Elle organise des séances de groupe pour sensibiliser les élèves et propose des conseils individuels.

**Difficulté rencontrée:** « Être la seule femme à travailler parmi de nombreux hommes représente un certain défi. Ils me considèrent comme inférieure et je suis souvent victime de discrimination, comme le fait de ne pas être incluse dans des discussions importantes. Mais j'ai travaillé très dur pour œuvrer avec dignité et devenir un exemple, afin que les personnes me fassent confiance », explique Anna. Elle ajoute que Hela est aussi le « territoire de l'inattendu » à cause des querelles tribales. « Cela restreint notre liberté, mais il faut parfois marcher, parler et agir malgré la peur », dit-elle.

**Inspiration:** Anna attribue l'origine de sa façon de penser et de son courage à la directrice d'une école d'Enga où elle enseignait. « Madame Kism Tare Muli m'a accompagné et a encouragé ma passion pour aider notre communauté. Aujourd'hui encore, je me souviens de ses paroles », déclare Anna. À présent, elle encourage les jeunes filles et les femmes à continuer de faire ce qui leur semble juste et à exprimer leurs opinions.

**Cercle de soutien:** la directrice de l'éducation de Hela, Ronny Angu, ses collègues et sa famille font partie du système de soutien d'Anna. « Pour les questions liées aux femmes et aux enfants, je fais appel à mes amies au sein du réseau pour l'éducation des femmes de Hela », ajoute-t-elle.



R. Tabel/CICR

MYANMAR

# NAING NAING OO

**Naing Naing Oo fait partie d'une équipe du CICR à Maungdaw, qui apporte un soutien varié aux familles séparées par la violence. Le travail se fait en collaboration et ne connaît pas de répit. Naing Naing a rejoint cette équipe en 2017, au moment où la flambée des violences a entraîné des vagues de déplacement de population, impactant des centaines de milliers de personnes dans l'État de Rakhine au Myanmar.**

**Son histoire:** Naing Naing Oo se souvient avoir rencontré un groupe d'enfants ayant survécu à un naufrage en mer. Dans un petit bateau et avec peu de nourriture, ils ont dérivé pendant des jours. « Leur parler a été très inspirant ; ils ont fait preuve d'un tel courage ! », raconte Naing Naing. « Ils avaient survécu. »

Après l'incident, Naing Naing a été l'une des nombreuses personnes à être venue en aide aux enfants. « Maintenant quand ils me voient, ils me reconnaissent », dit-elle. « Je ne pourrai jamais oublier ça. »

Un parent qui a besoin d'une aide financière pour rendre visite à son fils ou sa fille en prison, une personne récemment libérée par la police qui a besoin d'aide pour effectuer le long trajet du retour, des familles à la recherche de proches disparus après un affrontement, ce ne sont là que quelques exemples des cas pour lesquels Naing Naing et ses collègues tentent d'apporter leur soutien.

**Cercle de soutien:** ayant déjà travaillé au sein d'une équipe très soudée, Naing Naing dit: « La première chose que je regarde, c'est l'environnement de travail, qui est incroyable ici. Mes collègues m'apportent un grand soutien. » Au-delà de l'équipe, c'est aussi la possibilité de travailler directement avec les gens du nord de Rakhine qui est la plus gratifiante. « Je peux travailler avec les communautés... et apprendre d'elles », explique Naing Naing.

**Impact:** « En tant qu'organisation, nous ne prenons pas parti. Cela me permet de me sentir très à l'aise pour partager ce



que nous faisons et qui nous sommes, non seulement avec les personnes avec lesquelles nous travaillons dans les villages, mais aussi avec des proches, comme ma famille. »

Le CICR travaille depuis 2015 à Maungdaw, non loin de la frontière avec le Bangladesh. Ses activités s'étendent de l'aide d'urgence, comme l'alimentation et les services de santé, au soutien aux communautés pour créer des moyens d'existence durables, souvent en collaboration avec des partenaires tels que la Société de la Croix-Rouge du Myanmar. « Ici, beaucoup de gens connaissent le CICR grâce aux distributions de nourriture que nous faisons », explique Naing Naing. « Ils connaissent aussi notre travail pour aider les familles à rétablir le contact. »

**Une lueur d'espoir:** en 2022, l'impact combiné de l'épidémie de Covid-19 et de l'intervention militaire de 2021 continue de persister et de se superposer aux conséquences des conflits en cours dans le pays, rendant la vie plus difficile pour les habitants du Myanmar. Malgré les obstacles, les chiffres sont porteurs d'espoir.

En 2021 et à travers tout le Myanmar, nous avons pu aider plus de 4000 détenus récemment libérés à rentrer chez eux. Nous avons aidé des personnes à rendre visite à leur proche en prison à plus de 200 reprises et avons transmis près de 250 messages écrits entre des membres de familles séparées.

Pour Naing Naing, le fait d'aider les personnes à se sentir suffisamment en confiance pour partager leur histoire et leurs besoins est déterminant dans ce type de travail. « Cela dépend de la volonté de la personne, mais je ne pose pas de questions difficiles », dit-elle. « À la place, je demande : « Comment allez-vous ? ». Et c'est comme ça que la conversation démarre. »

# KHIN MYAT MYAT KYAW

**Dans la ville de Sittwe, dans l'État de Rakhine, Khin Myat Myat Kyaw compte parmi les nombreuses tailleuses. Mais ce qui la distingue des autres, c'est sa détermination à apprendre par elle-même.**

**Née avec une malformation appelée spina bifida qui rend la mobilité difficile, Khin Myat Myat Kyaw n'a pas pu aller à l'école à cause du manque d'accessibilité. Ne se décourageant pas, elle a décidé de construire elle-même son propre parcours d'apprentissage. Elle a appris les mathématiques et les bases de la couture en autodidacte.**

« J'accompagnais ma sœur dans l'atelier de couture où elle travaillait. Je restais assise pendant des heures à la regarder coudre », raconte Khin Myat Myat Kyaw.

« Quand ma sœur a acheté sa propre machine, j'ai rapidement appris à m'en servir et j'ai commencé à coudre mes propres vêtements. »

Nous avons rencontré Khin Myat Myat Kyaw pour la première fois il y a deux ans et lui avons fourni un fauteuil roulant pour lui permettre d'accéder à davantage de lieux. Puis, il y a quelques mois, elle s'est inscrite à une formation de couture de trois mois financée par le CICR, ce qui lui a permis d'être davantage autonome.

« Je sais maintenant coudre des pantalons, des jupes, des chemises et des vêtements traditionnels », dit-elle avec fierté. Non seulement Khin Myat Myat Kyaw fait vivre sa famille avec l'argent qu'elle gagne, mais elle peut aussi faire don de certaines des boucles d'oreilles qu'elle fabrique.

« Même si vous avez un handicap, vous avez toujours le choix de ne pas abandonner », dit-elle avant de se remettre à coudre sa prochaine pièce colorée sur sa machine.



# MAHWISH SAYEED

« Les gens ne pensent pas qu'une femme puisse s'y connaître en explosifs et en armes. Ils sont donc souvent surpris d'apprendre que je travaille au sein de l'Unité contamination par les armes du CICR. Certains ne se cachent pas de penser qu'une femme n'est pas faite pour ce travail », explique Mahwish, coordinatrice de programme à Islamabad. Ces réactions ne sont pas nouvelles pour elle qui travaille sur le terrain depuis plus de dix ans.

*J'ai manqué beaucoup d'opportunités à cause de la vision que les gens ont des femmes et parce que certains ne peuvent pas faire face à mon approche logique des choses. Mais je continue à faire de mon mieux et à aller de l'avant.*

**Son histoire:** Mahwish a trois filles et fait tout pour faire partie de leur vie. Mais son travail lui tient également beaucoup à cœur. « Notre équipe est diverse et inclut des volontaires. Nous sensibilisons les communautés à risque et contribuons à répondre aux besoins complexes des personnes touchées par les munitions non explosées et de leurs familles », explique-t-elle.

**Difficultés rencontrées:** « J'ai l'impression que les femmes sont accablées de responsabilités avant même de naître. On attend de nous que nous réussissions et que nous assumions toutes les responsabilités liées au fait d'être fille, épouse, mère, étudiante et employée à plein temps. Je pense qu'il est important de se fixer des limites et de ne pas se sentir obligée d'exceller dans tous les domaines à la fois », dit-elle.

**Impact:** en tant que mère, Mahwish est particulièrement consciente de l'influence qu'elle exerce sur ses filles et leur vision du monde, et du rôle qu'elles ont à jouer. « Je leur dis de ne pas abandonner leurs rêves, de trouver un équilibre entre les différents rôles, mais ne pas perdre de vue leurs propres ambitions », dit-elle.

**Cercle de soutien:** les jours où elle a moins de choses à faire, Mahwish trouve du réconfort en compagnie de sa sœur aînée, autour d'une simple tasse de thé. « C'est une femme forte et passer du temps avec elle me donne de l'énergie », dit-elle.



# KOZU TSUDA

Kozu Tsuda est douce, toujours souriante et pleine d'empathie. Pour elle qui est infirmière aux urgences dans l'ouest du Japon, le pouvoir de la positivité lui permet de surmonter les obstacles qu'elle rencontre lorsqu'elle travaille dans des conditions difficiles. Elle dit qu'elle ne parle pas très bien anglais, mais pour le personnel de santé agissant dans un contexte humanitaire comme elle, prendre soin des autres nous rapproche et transcende les barrières de la langue et des pays.

**Son histoire:** En plus du CICR, le parcours de Kozu en tant qu'humanitaire l'a amenée à travailler pour la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge et pour la Société de la Croix-Rouge du Japon, en Irak, en Haïti, au Bangladesh, aux Philippines et dans le Soudan du Sud. Elle rayonne de positivité lorsqu'elle parle des expériences exceptionnelles qu'elle a vécues et dit : « J'essaie de faire de mon mieux et de m'adapter en toute situation. »

**Difficultés rencontrées:** Malgré sa nature douce et son optimisme, Kozu se souvient avoir été particulièrement troublée lorsqu'elle est retournée à Cox's Bazar, au Bangladesh, lors de sa deuxième affectation. « Les choses ne s'étaient pas beaucoup améliorées, mais ce qui m'a rendu triste, c'est que les gens s'étaient résolus à leur situation », se souvient-elle.

Un autre incident survenu pendant son séjour au Soudan du Sud a eu un impact considérable et a renforcé la détermination de Kozu à former le personnel de santé local et à renforcer leurs compétences. « Un bébé atteint de paludisme a été amené au service de pédiatrie. Son rythme cardiaque était de 40 battements par minute, ce qui est très proche de la mort. Le médecin et moi-même avons



Kozu Tsuda

immédiatement pratiqué une réanimation cardiorespiratoire (RCP) pour tenter désespérément de sauver le bébé. Mais la mère nous a crié d'arrêter ! Elle pensait que nous lui faisons du mal en agissant ainsi. Manifestement, elle ne connaissait pas les procédés de réanimation. Mais le plus inquiétant c'est que dans ce service, il n'y avait que le médecin et moi qui savions pratiquer une RCP. » Tirant les leçons de cette expérience, Kozu a formé les infirmières et infirmiers à la réanimation cardio-pulmonaire. Ainsi, lorsqu'un enfant a été amené d'urgence dans le service de pédiatrie et qu'il a fallu le réanimer, le personnel y est parvenu.

**Cercle de soutien:** Selon Kozu, étant donné les conditions difficiles auxquelles les humanitaires sont parfois exposé-e-s, il est important pour eux/elles d'être entouré-e-s et d'avoir des personnes à qui parler. Pour Kozu, c'est son superviseur actuel qui remplit ce rôle. « Mon ancienne superviseuse au Soudan du Sud avait une capacité d'écoute incroyable. Elle veillait sur moi comme si nous faisons partie de la même famille », ajoute-t-elle.

**Inspiration:** Kozu tire sa motivation de Mère Teresa et de son sens du service. En reprenant les paroles de Sainte-Thérèse de Lisieux, patronne de Mère Teresa, Kozu déclare : « Puissiez-vous être satisfaits de vous-même tels que vous êtes », tel un mantra pour les personnes que l'infirmière dévouée continue d'inspirer au quotidien.

# ANALYN REPDOS

Le fils d'Analyn, JP, avait quatre ans lorsqu'il a marché pour la première fois. Ce fut pour elle une étape importante à célébrer, surtout pour son fils qui est atteint de paralysie cérébrale. S'occuper d'un enfant ayant des besoins particuliers peut être un défi pour n'importe quel parent. Pour Analyn, la situation est encore plus complexe en raison de difficultés financières. Pourtant, elle reste pleine d'espoir et pense que la vie de son fils va s'améliorer avec l'aide de la Fondation Jubilee de Davao, un centre de réadaptation à but non lucratif pour les personnes handicapées de Mindanao (Philippines), soutenue par le CICR.

**Son histoire:** Analyn, 38 ans, a grandi dans des circonstances difficiles. « Le salaire de mon père suffisait à peine à faire vivre la famille, nous avons donc beaucoup de difficultés. Même après avoir grandi et m'être mariée, ma situation n'est pas devenue plus facile », dit-elle. La paralysie cérébrale de JP a été diagnostiquée alors qu'il n'avait qu'un an et demi. « Depuis, la priorité de toute la famille est de s'occuper de lui. Mais son état s'améliore et il est maintenant inscrit dans une école pour enfants ayant des difficultés physiques ou mentales », explique cette mère de deux enfants.

**Difficultés rencontrées:** la première réaction d'Analyn lorsque la maladie de son fils a été diagnostiquée a été l'impuissance. « C'était dur et on se demandait comment nous allions pouvoir financer ses soins. J'avais aussi peur de la façon dont les gens allaient traiter mon fils. Aujourd'hui encore, lorsque nous prenons un jeepney (transport local), certaines personnes le fixent du regard. Cela me fait du mal en tant que mère, car j'ai l'impression qu'on le juge », dit-elle.



M. Lucero/CICR

**Inspiration:** Analyn confie que sa relation avec Dieu lui permet de garder espoir. « Bien qu'il y ait des moments où je remets Dieu en question, le fait de Lui être fidèle et de croire qu'Il a des projets bénéfiques pour nous me permet de rester positive. Mes fils sont aussi une source d'inspiration pour moi. Je les aime et je veux le meilleur pour eux, alors je suis prête à relever tous les défis », dit-elle.

**Cercle de soutien:** en parlant de la force qu'elle tire de son mari et de sa famille, Analyn déclare: « Mon mari est un homme plein d'espoir et un combattant prêt à affronter tous les obstacles qui se dressent devant nous. Nos deux familles ont aussi été d'un grand soutien pour nous. Je n'oublierai jamais comment mon plus jeune frère a payé la plupart de nos factures d'hôpital, allant jusqu'à vendre sa voiture pour nous aider et sans jamais nous demander de le rembourser. Nos familles comprennent notre situation et sont là pour nous. Je leur suis extrêmement reconnaissante. »

# ISABEL\*

En 2017, les cinq mois de conflit armé à Marawi City, dans le sud des Philippines, ont été une épreuve personnelle pour Isabel. Son mari et son fils ont disparu et sont toujours introuvables. Alors qu'elle affronte son sentiment de perte, Isabel parle de son implication dans le programme d'accompagnement du CICR, un programme de soutien fournissant une assistance globale et étendue aux familles de disparus. Elle évoque aussi le fait d'aider les autres à faire face à leurs propres défis.

**Son histoire :** depuis la disparition de son mari et de son fils, Isabel, 43 ans, vit dans l'incertitude quant à ce qui leur est arrivé. « C'est la chose la plus difficile à laquelle j'ai été confrontée », dit-elle. Formée comme accompagnatrice par le personnel de santé mentale et de soutien psychosocial du CICR, Isabel anime des séances de groupe de soutien par les pairs dans sa communauté. Depuis 2020, elle a aidé 22 familles de personnes portées disparues, réparties dans trois groupes de six à huit familles chacun.

**Difficultés rencontrées :** « Devoir assumer brusquement le rôle de soutien de famille a été difficile. J'ai dû travailler nuit et jour, en jonglant avec plusieurs emplois, pour subvenir aux besoins de ma famille de six personnes. J'ai également eu du mal à me réintégrer dans la société. On trouvait facile de me dire d'accepter que mon fils et mon mari soient morts, mais le fait de ne pas voir leurs dépouilles ou de n'avoir aucune information concernant leur localisation ne permet pas de penser ainsi. On garde toujours un petit espoir de les revoir en vie », confie Isabel.

**Inspiration :** Isabel dit que le fait de soutenir d'autres familles de personnes portées disparues lui donne de la force ainsi qu'un sens à son combat, car elle peut s'identifier à elles. « Savoir que quelque chose de bon ressort de mon malheur me procure du soulagement. Aider les gens donne davantage de sens à ma vie », dit-elle.

**Cercle de soutien :** Isabel s'appuie sur ses enfants et sur les familles de personnes portées disparues pour trouver du soutien. « Avoir des personnes à qui consacrer votre travail et à qui donner votre amour rend la vie plus supportable. Nous n'avons pas grand-chose, mais nous sommes ensemble et c'est tout ce qui compte », dit-elle.



\*Son prénom a été modifié pour protéger son identité.

Même si vous avez un handicap, vous avez toujours le choix de ne pas abandonner



J'ai établi un lien particulier avec les patientes



J'essaie de faire de mon mieux et de m'adapter en toute situation

Il faut parfois marcher, parler et agir malgré la peur



C'est gratifiant de travailler directement auprès des gens et d'apprendre d'eux



Mon mari et moi affrontons les obstacles ensemble



Il faut trouver un équilibre entre ses différents rôles et ne pas abandonner ses rêves



Aider les gens donne davantage de sens à ma vie



Nous portons assistance aux personnes touchées par un conflit armé ou d'autres situations de violence partout dans le monde, mettant tout en œuvre pour améliorer leur sort et protéger leur vie et leur dignité, souvent en collaboration avec nos partenaires de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge.



**CICR**

**Centre régional de communication, Delhi (Asie-Pacifique)**

**Comité international de la Croix-Rouge**

A-49, Vasant Marg, Vasant Vihar

New Delhi - 110057

T +91 11 4221 1000

[www.icrc.org](http://www.icrc.org)

© CICR, mars 2022

 [facebook.com/icrc](https://facebook.com/icrc)

 [linkedin.com/company/icrc](https://linkedin.com/company/icrc)

 [twitter.com/ICRC\\_AsiaPac](https://twitter.com/ICRC_AsiaPac)