4 CHILDREN
— AND FAMILY RESPITE —

4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE

CATALOGUE INSTITUTIONNEL



Chaque **émotion** compte.
Chaque **famille** compte.
Chaque **enfant** compte.



Organisation de soutien **émotionnel, social et psychologique** pour enfants et familles.

ÉCOUTE • SOUTIEN • ESPOIR • SOLIDARITÉ

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE

MOT DE BIENVENUE



Bienvenue dans le catalogue officiel de 4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE.

À travers cette organisation, nous avons choisi de placer l'écoute, l'accompagnement et le bien-être des enfants et des familles au cœur de notre engagement. Chaque jour, nous travaillons avec compassion et détermination afin d'offrir un espace sûr, humain et bienveillant à ceux qui traversent des difficultés émotionnelles, sociales et psychologiques.

Ce catalogue vous permettra de découvrir notre vision, notre mission, nos actions ainsi que les valeurs qui guident notre engagement auprès des communautés.

Nous croyons profondément que **chaque enfant mérite d'être entendu, soutenu et protégé.** Nous croyons également que chaque famille mérite un accompagnement capable de **restaurer** l'espoir, la confiance et la stabilité émotionnelle.

Merci de prendre le temps de découvrir notre organisation et de soutenir cette mission humaine tournée vers l'avenir des enfants et le renforcement des familles.

Ensemble, continuons à bâtir un environnement plus solidaire, plus inclusif et plus humain.

ÉCOUTER
avec attention

ACCOMPAGNER
avec bienveillance

AIMER
sans condition

DONNER DE L'ESPOIR
pour un avenir meilleur

4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE

« Un enfant écouté aujourd'hui est un adulte confiant demain. »

Ensemble, nous pouvons créer un monde où chaque enfant grandit dans la sécurité, l'amour et la dignité, et où chaque famille retrouve l'espoir et la force d'avancer.

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE

SOMMAIRE

01 Couverture
02 Mot de bienvenue
03 Présentation de l'organisation
04 À propos de nous
05 Notre mission
06 Nos objectifs
06 Notre vision
07 Notre but
08 Nos valeurs
09 Pourquoi nous soutenir ?
10 Contacts





"Chaque enfant mérite d'être entendu.
Chaque famille mérite du soutien."

ÉCOUTE | SOUTIEN | ACCOMPAGNEMENT | ESPOIR

4 CHILDREN
— AND FAMILY RESPITE —



Organisation de soutien émotionnel, social et psychologique pour enfants et familles

4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE est une organisation engagée dans le soutien émotionnel, social et psychologique des enfants et des familles confrontés aux difficultés de la vie, aux traumatismes, au silence émotionnel et aux défis liés à la santé mentale.

Née d'une expérience personnelle marquée par la perte, les changements culturels, les violences familiales, la dépression et les difficultés éducatives, l'organisation a été créée avec une mission claire : offrir un espace d'écoute, de soutien et d'expression aux enfants et aux parents.

Pendant de nombreuses années, de nombreuses familles africaines ont appris à souffrir en silence, à cacher leurs émotions et à considérer certaines douleurs comme "normales". Pourtant, les blessures émotionnelles ont un impact réel sur le développement des enfants, leur confiance, leur comportement et leur avenir.

4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE souhaite briser ce silence en sensibilisant les familles à l'importance de la communication, de l'écoute et du bien-être émotionnel.



L'ORGANISATION TRAVAILLE À :

- **ENCOURAGER LES ENFANTS** à exprimer leurs émotions librement
- **SOUTENIR LES PARENTS** dans les défis familiaux et éducatifs
- **SENSIBILISER SUR LA SANTÉ MENTALE** et les traumatismes
- **CRÉER DES ESPACES DE DIALOGUE,** d'écoute et de guérison
- **ACCOMPAGNER LES FAMILLES** vers des solutions adaptées
- **COLLABORER AVEC DES ORGANISATIONS,** institutions et partenaires pour aider davantage de personnes

Notre conviction est simple :

- Chaque **enfant** mérite d'être **écouté.**
- Chaque **famille** mérite du **soutien.**
- Il existe toujours de l'**espoir** et des **solutions.**

À travers ses actions, **4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE** aspire à construire des familles plus fortes, des enfants plus confiants et une communauté plus consciente des réalités émotionnelles et psychologiques qui touchent notre société.

Ensemble, brisons le silence.
Écoutons. Soutenons. Bâtissons l'espoir.



4 CHILDREN — AND FAMILY RESPITE —

Écouter • Soutenir • Guérir • Espérer

CHAQUE ÉMOTION COMPTE. CHAQUE FAMILLE COMPTE. CHAQUE ENFANT COMPTE.

À PROPOS DE NOUS

4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE

Une organisation dédiée au **bien-être émotionnel, social et mental** des enfants et des familles.

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE



NOTRE ORIGINE

Créée à partir d'une expérience de vie réelle marquée par les défis familiaux, les traumatismes, la dépression, les changements culturels et les difficultés éducatives, notre organisation est née d'un profond désir d'aider ceux qui souffrent en silence.

NOTRE VISION

Nous croyons que chaque enfant mérite d'être écouté, compris et soutenu. Nous croyons également que les familles ont besoin d'espaces sûrs pour parler, partager leurs émotions et trouver du soutien sans jugement.

NOTRE MISSION

Sensibiliser les communautés à l'importance de la santé mentale, de l'écoute familiale et du développement émotionnel des enfants, particulièrement dans les environnements où ces sujets restent souvent tabous.

À TRAVERS NOS ACTIONS, NOUS VOULONS :

- encourager l'expression des émotions,
- renforcer les liens familiaux,
- soutenir les parents dans leurs défis quotidiens,
- et offrir de l'espoir aux enfants et aux familles en difficulté.



ÉCOUTE BIENVEILLANTE | SOUTIEN FAMILIAL | DÉVELOPPEMENT ÉMOTIONNEL | ACCOMPAGNEMENT ET ESPRIT D'ÉQUIPE



Chez **4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE,**
nous croyons qu'en soutenant les familles aujourd'hui,
nous construisons une génération plus forte pour demain.

BIEN-ÊTRE ÉMOTIONNEL | ESPACES SÛRS ET SANS JUGEMENT | ÉCOUTE ET EMPATHIE | ESPOIR ET RÉSILIENCE | ENSEMBLE POUR DEMAIN

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE



NOTRE MISSION



La mission de **4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE** est de soutenir, écouter et accompagner les enfants et les familles confrontés aux difficultés émotionnelles, sociales et psychologiques, en créant un espace sûr où chacun peut s'exprimer librement sans peur ni jugement.

Un espace sûr, une écoute bienveillante, un avenir meilleur.

À TRAVERS NOS ACTIONS, NOUS VOULONS :

DONNER UNE VOIX AUX ENFANTS
Nous écoutons les enfants, valorisons leurs paroles et défendons leurs droits.



SOUTENIR LES PARENTS DANS LEURS DÉFIS QUOTIDIENS
Nous accompagnons les parents avec des outils, conseils et soutien adapté.



PROMOUVOIR L'ÉCOUTE ET LA COMPRÉHENSION AU SEIN DES FAMILLES
Nous encourageons le dialogue, le respect et la communication familiale.



ENCOURAGER LA GUÉRISON ÉMOTIONNELLE
Nous aidons à surmonter les blessures, à retrouver confiance et équilibre.



OFFRIR DE L'ESPOIR À CEUX QUI TRAVERSENT DES SITUATIONS DIFFICILES
Nous sommes une lumière dans les moments d'obscurité.





"En renforçant les familles, nous construisons des enfants plus confiants, des communautés plus fortes et un avenir meilleur."

SOUTIEN · ÉCOUTE · RESPECT · BIEN-ÊTRE · ESPOIR

Ensemble pour chaque enfant. Ensemble pour chaque famille. Ensemble pour un avenir meilleur.

NOS OBJECTIFS

Construire un environnement sûr, bienveillant et inclusif pour les enfants et les familles.

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE

OBJECTIF GÉNÉRAL

Créer un environnement sûr, bienveillant et inclusif où les enfants et les familles peuvent s'exprimer librement, recevoir du soutien émotionnel et accéder à un accompagnement favorisant leur bien-être mental, social et familial.



OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

1. Sensibiliser les familles à l'importance de la santé mentale et du bien-être émotionnel des enfants.
2. Encourager les enfants et les parents à exprimer leurs émotions sans peur ni jugement.
3. Offrir un espace d'écoute, de soutien et d'accompagnement aux familles confrontées à des difficultés émotionnelles, sociales ou psychologiques.
4. Aider les parents à mieux comprendre les besoins émotionnels et comportementaux de leurs enfants.
5. Lutter contre le silence, les traumatismes et les violences qui affectent les enfants et les familles.
6. Promouvoir des relations familiales saines basées sur le dialogue, l'écoute et le respect mutuel.
7. Organiser des activités éducatives, sociales et communautaires pour renforcer les liens familiaux.
8. Collaborer avec des écoles, organisations, institutions, professionnesl et partenaires afin d'apporter plus d'aide aux familles vulnérables.
9. Créer des programmes de soutien et de sensibilisation adaptés aux réalités africaines et multiculturelles.
10. Donner de l'espoir aux familles en montrant qu'il existe des solutions, du soutien et des possibilités de guérison.



NOTRE VISION

Construire une société où chaque enfant est écouté, compris et soutenu, et où chaque famille peut évoluer dans un environnement émotionnellement sain et sécurisé.

Ensemble, soutenons les enfants.
Renforçons les familles. **Bâtissons l'avenir.**

www.4childrenandfamilyrespite.org

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE

NOTRE BUT



Le but de **4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE** est d'aider les enfants et les familles à surmonter les difficultés émotionnelles, sociales et psychologiques en leur offrant un espace d'écoute, de soutien, d'expression et d'accompagnement.

Nous voulons **briser le silence** autour de la souffrance émotionnelle et de la **santé mentale**, particulièrement dans les communautés où les émotions des enfants et des parents sont souvent ignorées ou incomprises.

Notre objectif est de créer un environnement où :

- les enfants se sentent écoutés, protégés et valorisés,
- les parents reçoivent du soutien et des conseils,
- les familles apprennent à mieux communiquer,
- et chacun puisse trouver de l'espoir, du réconfort et des solutions face aux difficultés de la vie.

À travers nos actions, nous souhaitons contribuer à la construction de **familles plus fortes, d'enfants plus épanouis** et d'une société plus consciente de l'importance du **bien-être émotionnel et mental.**

Ensemble, cultivons l'espoir et construisons un avenir meilleur.



ÉCOUTE
Nous écoutons avec bienveillance et sans jugement.

SOUTIEN
Nous accompagnons les enfants et les parents à chaque étape.

DIALOGUE
Nous encourageons la communication et le partage.

PROTECTION
Nous créons un espace sécurisant pour grandir et s'épanouir.

ESPOIR
Nous redonnons confiance et ouvrons la voie à un avenir meilleur.

« Chaque enfant mérite d'être entendu.
Chaque famille mérite du soutien. »

4 CHILDREN
– AND FAMILY RESPITE –

NOS VALEURS



Les principes qui guident notre engagement auprès des enfants et des familles.

Chez 4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE, nos valeurs représentent le fondement de notre engagement auprès des enfants, des familles et des communautés. Elles guident chacune de nos actions et renforcent notre volonté de construire un environnement plus humain, plus bienveillant et plus solidaire.

01 ÉCOUTE

Chaque enfant et chaque famille mérite d'être entendu avec attention et respect.

02 COMPASSION

Nous accompagnons avec empathie, humanité et bienveillance.

03 RESPECT

Nous valorisons la dignité et les émotions de chaque personne.

04 INCLUSION

Nous accueillons toutes les familles sans discrimination.

05 SOLIDARITÉ

Nous encourageons l'entraide et le soutien communautaire.

06 ESPOIR

Nous croyons qu'il existe toujours une possibilité de guérison et de changement.

NOTRE ENGAGEMENT

À travers ces valeurs, nous nous engageons à promouvoir le bien-être émotionnel, la protection des enfants et le renforcement des familles pour bâtir un avenir plus équilibré et plus humain.

*« Nos valeurs construisent des familles **plus fortes** et un avenir **plus humain.** »*

4 CHILDREN
— AND FAMILY RESPITE —

POURQUOI NOUS SOUTENIR ?



Ensemble, nous pouvons transformer des vies et bâtir un avenir meilleur pour les enfants et les familles.

Chaque contribution permet d'offrir de l'écoute, du soutien, de l'espoir et des opportunités aux enfants et aux familles quii en ont le plus besoin.







Votre soutien permet de :

1. Soutenir les enfants
Offrir un environnement sûr, bienveillant et protecteur.

2. Accompagner les familles
Renforcer les liens familiaux et le bien-être émotionnel.

3. Promouvoir la santé mentale
Sensibiliser et accompagner les familles vers un mieux-être durable.

4. Développer des programmes de soutien
Créer des activités éducatives, sociales et psychosociales.

5. Construire des communautés plus fortes
Favoriser l'inclusion, l'entraide et la cohésion sociale.

VOTRE IMPACT

Grâce à votre soutien, nous apportons une aide concrète et durable.



Chaque geste compte.
Chaque vie change.

ENSEMBLE, FAISONS LA DIFFÉRENCE

Chaque contribution, chaque partenariat, chaque acte de générosité et chaque engagement nous permettent d'aller plus loin dans notre mission.

En choisissant de soutenir 4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE, vous devenez un acteur du changement et participez à la construction d'un monde où chaque enfant est valorisé et chaque famille est soutenue.







"Votre soutien aujourd'hui peut transformer une vie demain.

REJOIGNEZ NOTRE MISSION
et contribuez à construire un avenir rempli d'espoir.

"Ensemble, donnons de l'espoir aux enfants et renforçons les familles pour un avenir meilleur."

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE

CONTACTEZ-NOUS



Nous sommes à votre écoute pour accompagner, soutenir et construire ensemble un avenir meilleur pour les enfants et les familles.

Chez 4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE, nous croyons que chaque enfant mérite d'être entendu, soutenu et protégé, et que chaque famille mérite un accompagnement bienveillant pour surmonter les défis de la vie.

Nous sommes à votre écoute pour toute question, demande d'information, proposition de partenariat, soutien bénévole ou collaboration.



COORDONNÉES

EMAIL
4childrenandfamilyrespite@gmail.com

TÉLÉPHONE
+44 7949 890988

RÉSEAUX SOCIAUX
4 Children and Family Respite



Rejoignez NOTRE MISSION

Que vous soyez parent, bénévole, partenaire, donateur ou simplement sensible à notre cause, votre engagement contribue à offrir davantage d'espoir, de soutien et d'opportunités aux enfants et aux familles qui en ont besoin.

Ensemble, construisons un avenir où chaque enfant grandit dans un environnement sûr, bienveillant et rempli d'espoir.

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE

Chaque émotion compte. | Chaque famille compte. | Chaque enfant compte.

“Ensemble, soutenons les enfants. Renforçons les familles. Bâtissons l'avenir.

4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE

4 CHILDREN
AND FAMILY RESPITE

SOUTENIR • RENFORCER • CONSTRUIRE



NOTRE FONDATRICE

Mme Brigitte Solkem Tombalbaye

Fondatrice & Directrice

CŒUR | FAMILLE | ÉCOUTE | SOUTIEN | ESPOIR

Mme Brigitte Solkem Tombalbaye est la fondatrice de 4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE, une organisation née d'un parcours de vie marqué par la résilience, l'espoir et l'engagement envers les enfants et les familles.

Forte de son expérience entre l'Afrique et l'Europe, elle a transformé les défis personnels liés au deuil, à l'immigration, à la santé mentale et aux réalités familiales en une mission d'accompagnement et de soutien.

À travers son organisation, elle œuvre pour que chaque enfant soit écouté, valorisé et accompagné afin de développer pleinement son potentiel.

VISION

"Construire un monde où chaque enfant est entendu, chaque famille est soutenue et chaque communauté contribue au bien-être de ses enfants."

MISSION

"Offrir aux enfants et aux familles un espace d'écoute, de soutien et d'accompagnenent favorisant le bien-être émotionnel, social et familial."

"Chaque enfant mérite d'être entendu.
Chaque famille mérite du soutien."

— Mme Brigitte Solkem Tombalbaye —



4 CHILDREN AND FAMILY RESPITE

+44 7949 890988 | 4childrenandfamilyrespite@gmail.com | Soutenir les enfants • Renforcer les familles • Construire l'avenir