

# PORTRAIT D'ENGAGÉ·E



## OUSMANE



**S'engager c'est pas seulement faire du bien aux autres, c'est se faire du bien à soi-même aussi.**



### QUEL EST TON ENGAGEMENT ?

Je suis bénévole à la Réserve des Arts. C'est une association qui récupère des matières (tissus, cuirs, fils, rubans, etc.) auprès des entreprises. Tous ces matériaux arrivent en vrac. Alors mon rôle, c'est de trier et de ranger.

### OU'EST-CE QUE ÇA T'APPORTE ?

La couture c'est ma spécialité, et la couture ne fait rien sans la mercerie. Ça a donc beaucoup de sens pour moi d'être bénévole à la Réserve. Je n'ai pas le droit de travailler. Quand je vais là-bas ça me rappelle le travail que je faisais. Aider les gens, ça me plaît : l'essence de l'être humain c'est l'échange.

### CONSEIL POUR SE LANCER

S'engager, c'est s'apercevoir qu'on peut faire des choses dont on ne se sentait pas capable. Savoir que tu aides quelqu'un, ça va t'apporter de la tranquillité au cœur.

---

J'aide à la Réserve des Arts 3h par semaine. Je connais les tissus, je connais les matières et ça me plaît de les ordonner. Quand les client·e·s arrivent tout est rangé !

Quand je vais là bas ça me rappelle le travail que je faisais avant. Je n'ai pas envie de rester seul à ne rien faire. Quand je ne fais rien ça m'embête, je suis stressé et angoissé. Alors qu'à la Réserve je suis bien, ça me détend. Quand tu es habitué·e à travailler et que d'un coup tu ne fais plus rien c'est très dur. Il faut s'adapter. Depuis que je suis engagé dans cette association je me sens vraiment mieux.

J'aime bien travailler en équipe car l'essence de l'être humain c'est l'échange. Les autres ont des idées que je n'ai pas, et en les échangeant on avance : l'union fait la force.

Je veux motiver les gens à s'engager car, s'il y a des gens ouverts pour qui tout est facile, les plus timides ont besoin d'être encouragé·es. Quand tu cherches et que tu essayes, c'est à ce moment que tu rencontres le bonheur.