

## TABLE DES MATIERES

### 1. Séjour Santé Enfants Biélorusses / Tchernobyl (ISTOK)

- 1.1. Qui sommes nous
- 1.2. Notre raison d'être – la catastrophe de Tchernobyl
- 1.3. Les enfants de Tchernobyl
- 1.4. Statut juridique et financier
- 1.5. Description des tâches du responsable du séjour santé

### 2. La Biélorussie

- 2.1. La géographie
- 2.2. Les habitants
- 2.3. L'économie
- 2.4. Le climat
- 2.5. La langue et les communications
- 2.6. La culture
- 2.7. L'avenir de la Biélorussie

### 3. Les Enfants

- 3.1. Le choix des enfants
- 3.2. D'où proviennent les enfants?
- 3.3. Leur santé
- 3.4. Langue

### 4. Accueillir un enfant

- 4.1. Le rôle et la responsabilité de la famille d'accueil
- 4.2. L'arrivée
- 4.3. Salles de bain et soins de toilette
- 4.4. La nourriture et les repas
- 4.5. Le coucher
- 4.6. Problèmes de comportement
- 4.7. En cas d'urgence
- 4.8. Les interprètes rôle et information
- 4.9. Le responsable du séjour santé
- 4.10. Aspect médical
- 4.11. Renseignements utiles

### 5. Faire ses « au revoir »

- 5.1. Les cadeaux
- 5.2. Restrictions concernant les bagages
- 5.3. La correspondance avec la Biélorussie

## 1. Séjour Santé Enfants de Tchernobyl organisés par ISTOK

### 1.1. Qui sommes nous

ISTOK a été créé en 2005 pour favoriser une amélioration de la santé des enfants de Biélorussie qui vivent quotidiennement dans un milieu contaminé par des polluants radioactifs résultant du pire sinistre nucléaire de l'histoire de l'humanité. Il s'agit d'une association à but non lucratif.

### 1.2. Notre raison d'être – la catastrophe de Tchernobyl

L'explosion du réacteur numéro 4 de la centrale nucléaire de Tchernobyl en Ukraine à l'aube du 26 avril 1986 fait toujours partie de la dure réalité des gens qui habitent les régions contaminées de Biélorussie, de l'Ukraine et de la Russie. Dû aux vents qui soufflaient vers le nord, la Biélorussie, à 30 kms à peine au nord de la centrale de Tchernobyl a reçu plus de 70% des retombées radioactives ce jour-là et les jours qui ont suivis.

Notre organisation s'efforce d'aider le segment le plus vulnérable de la population biélorusse: les enfants. On évalue leur nombre à environ 800 000 vivants dans les zones contaminées.

### 1.3. Les enfants de Tchernobyl

Un des buts d'ISTOK est d'accueillir des enfants de Biélorussie en Suisse afin de les faire bénéficier d'une pause santé loin de leur milieu pollué. L'air salubre, l'eau pure et les aliments non contaminés permettent d'améliorer de manière appréciable leur condition physique. Habituellement, les changements les plus visibles sont l'amélioration de leur teint, un meilleur tonus et l'augmentation de leur capacité respiratoire. Ce qui est moins visible, mais encore plus important, c'est la réduction chez ces enfants du niveau de radiations accumulées dans les tissus mous et le renforcement de leur système immunitaire.

En général et selon les dires des familles Biélorusses un séjour de trois semaines en été en Suisse équivaut à un hiver sans maladies.

### 1.4. Statut juridique et financier

ISTOK est une association à but non lucratif. Elle est composée de bénévoles. Elle ne perçoit pas de cotisations. Ses seuls revenus sont les dons et subsides récoltés

ISTOK ne débourse aucune somme pour les dépenses des familles d'accueil. Des accompagnatrices adultes escortent les enfants et sont responsables de leur sécurité durant le voyage. Les accompagnatrices sont aussi accueillies dans des familles d'accueil et, durant leur séjour en Suisse, elles assurent les services d'interprétation et de soutien aux familles d'accueil. Le ratio est que dès 10 enfants il faut deux accompagnatrices. Les frais de transport des enfants et des accompagnatrices sont pris en charge par ISTOK.

### 1.5. Description des tâches du responsable du séjour santé

Le responsable du séjour est le lien direct avec le comité de l'association.

Il assure une meilleure collaboration et coopération avec les diverses familles lors du séjour santé.

Ses tâches consistent à :

- Rencontrer les nouvelles familles, expliquer le fonctionnement de l'association et du séjour santé.
- Expliquer la présente brochure et les engagements y figurant. La faire valider et signer par la famille d'accueil.
- Faire un suivi assidu auprès des nouvelles familles afin de s'assurer que tout va bien.
- S'assurer d'être accessible aux familles durant la période d'accueil, en cas d'urgence (fournir ses numéros de téléphone; avoir une personne remplaçante s'il est en vacances).

- Gérer les horaires des interprètes et rendre l'information disponible aux familles afin qu'elles puissent entrer en contact avec elle en tout temps en cas d'urgence ou au besoin.
- Aviser le comité en cas de blessures majeures afin d'en faire un suivi auprès des assurances et un rapport en cas de poursuite ou autres imprévus.
- Dans la mesure du possible, trouver une famille de répit en cas de besoin.
- Transmettre aux familles l'information provenant du comité de l'association.

## 2. La Biélorussie

La Biélorussie est culturellement et historiquement l'une des républiques les plus intéressantes de l'ex-Union soviétique, mais elle est aussi la moins connue. Aujourd'hui, il s'agit d'un pays indépendant dans le cadre d'une association économique assez floue avec la Russie et l'Ukraine.

### 2.1. La géographie

Autrefois connue sous le nom de Russie Blanche ou Bélarus, la Biélorussie est bornée au Nord par la Lettonie et la Lituanie, à l'ouest par la Pologne, à l'est par la Russie et au sud par l'Ukraine. Sa superficie est de 207 560 km carrés.

### 2.2. Les habitants

La Biélorussie compte environ 9,466 millions (2013) d'habitants. Ethniquement, 80% de la population est constituée de biélorusses; le reste comprend des russes, des ukrainiens et des polonais. Les deux tiers de la population sont des citadins, résultat de la rapide industrialisation de l'après-guerre; auparavant 20% seulement de la population habitait les villes. Les principaux centres urbains sont Minsk (la capitale, environ 4 millions d'habitants), Gomel, Moguilev, Vitebsk, Brest et Grodno.

### 2.3. L'économie

La dévastation de la Seconde Guerre mondiale a presque fait disparaître l'agriculture et l'industrie de la Biélorussie, ce qui a conduit à des efforts intensifs de restauration après la guerre. En conséquence, une société presque entièrement rurale s'est transformée du jour au lendemain en un état industrialisé moderne. Intégré à l'Union Soviétique, la Biélorussie fournissait à l'empire des véhicules, de la machinerie agricole, des engrais et d'autres produits chimiques agricoles, des produits agricoles et forestiers, surtout des pommes de terre et de la fibre de lin. En retour, elle recevait de l'Union soviétique son pétrole, son charbon, son gaz naturel, ses métaux, son coton, ses conserves, et ses produits synthétiques et pharmaceutiques. En 1991, l'effondrement du régime soviétique a permis l'indépendance de la Biélorussie, mais aussi, malheureusement, a plongé le pays dans un état de chaos économique qui n'a fait que s'aggraver au cours des premières années de sa liberté. Aujourd'hui, la Biélorussie tente de mettre de l'ordre dans ce chaos, mais à l'instar des autres républiques qui dépendaient du système soviétique, elle fait toujours face à des carences de produits et services essentiels au fonctionnement d'une société.

Dans son livre *Le Bélarus à un carrefour de l'histoire* (Traduction libre de Belarus - At a Crossroads in History), l'historien Ian Zaprudnik écrit:

"La structure de l'économie nationale héritée de la période soviétique est en effet disloquée. La restructuration et le rééquipement des diverses industries de la République, dont 40% étaient orientées vers la production militaire, requièrent non seulement du temps mais aussi des moyens financiers considérables. L'importation de matières premières est alourdie par le caractère de troc des échanges. On doit recycler la main-d'œuvre, trouver de nouveaux marchés et améliorer la qualité des marchandises. Enfin, on doit élaborer et apprendre de nouvelles techniques de gestion."

## 2.4. Le climat

La proximité de la mer Baltique a un effet modérateur sur le climat de la Biélorussie. La température moyenne est de 18°C en juillet et le taux d'humidité est très élevé. La température moyenne est de -6°C en janvier accompagnée de fréquents dégels. Les précipitations moyennes annuelles se situent entre 55 et 70 cm.

## 2.5. La langue et les communications

Jusqu'à récemment, le russe était utilisé dans les écoles. Durant les années soviétiques, la langue Biélorussie était découragée et même interdite dans les écoles. Dans plusieurs régions, la langue n'était plus utilisée par les générations scolarisées après les années cinquante. Cette situation est en train de changer avec l'effondrement du régime soviétique et avec la montée du nationalisme en Biélorussie.

## 2.6. La culture

La Biélorussie possède une culture riche et variée; ses poètes, écrivains, dramaturges et musiciens sont connus dans le monde entier. Le pays est aussi connu pour ses succès dans les sports, l'architecture et les arts appliqués, tout particulièrement ses tissages, ses broderies et ses «incrustations» de paille.

## 2.7. L'avenir de la Biélorussie

Un autre extrait de l'ouvrage de Zaprudnik résume l'état actuel de ce pays remarquable et sa place dans le monde d'aujourd'hui :

«Dans le monde moderne, et particulièrement dans le contexte du passage complexe des pays de l'Europe de l'Est du communisme à la démocratie, menacé par les forces perturbatrices du chauvinisme, la Biélorussie est perçue comme un laboratoire de changements vis-à-vis desquels il faut adopter une prudente approche évolutive. Située au centre géographique du continent européen, entre l'Est et l'Ouest, l'ancienne Biélorussie a été le théâtre de centaines de batailles militaires et le point de rencontre de diverses langues et croyances. Par nécessité, les biélorusses sont devenus profondément tolérants envers les idées et les besoins des autres. Leur expérience historique démontre qu'on ne résout pas les problèmes par la force ou par la violence, car celles-ci ne font que les entretenir ou les aggraver. Cette expérience s'est traduite par la prudence politique, le gradualisme et une méthode évolutive de résolution de problèmes. Forgés par les sacrifices et les souffrances tout au long de leur histoire, les Biélorusses ont développé un profond sentiment d'humanité. D'une taille et d'un potentiel économique modeste à l'échelle mondiale, la Biélorussie incarne autant les malheurs de l'histoire que les difficultés de l'ère moderne. Le génocide stalinien lui a fait perdre deux millions de personnes, autant que le tourbillon de la Seconde Guerre mondiale. Vingt-cinq pour cent de la population actuelle, qui compte plus de 10 millions d'habitants, dont 800'000 enfants, vivent dans la zone contaminée par 70 % des retombées nucléaires de Tchernobyl. Et pourtant, malgré toutes les lacunes, les besoins urgents et le lourd héritage des années passées qui a ralenti le progrès de manière significative, le calme qui règne toujours dans la république, interprété souvent à tort comme de la timidité et de la docilité, pourrait servir d'exemple à bien d'autres. Le monde extérieur commence à connaître cette nation de l'Europe de l'Est qui a presque toujours été dans l'ombre d'une super puissance militaire. Émergeant de la désinformation ou il était maintenu pour devenir un état indépendant, la Biélorussie se montrera de plus en plus au monde sous toutes ses couleurs et avec toutes ses nuances, offrant à la fois à l'humanité et son expérience historique et sa nature pacifique.»

Il est malheureux, a contrario de ce qui est dit ci-dessus, que la Biélorussie reste encore aujourd'hui la dernière dictature d'Europe.

### 3. Les Enfants

#### 3.1. Le choix des enfants

ISTOK travaille en collaboration avec une association non-gouvernementale à but non lucratif en Biélorussie nommée Nous-Renaissance. Dans le cadre de notre collaboration Nous-Renaissance nous propose les enfants que nous accueillons qui répondent aussi fidèlement que possible à nos critères d'accueil. Niveau social, besoin, localisation de l'habitat, etc. Parfois il arrive que certains enfants ne répondent pas à certains, voire à l'ensemble de nos critères, c'est un risque que notre association assume pour ne pas prêter les autres enfants. Depuis 1989 des organismes de la base composés de milliers de bénévoles biélorusses ont permis à plus de 150 000 enfants de voyager dans plus de 20 pays dans le monde pour des séjours santé. Dans le cadre de leurs programmes, ces derniers ont aussi permis à des centaines d'enfants de bénéficier de traitements médicaux, de distribuer de l'aide humanitaire, de construire des maisons pour des projets de relocalisation, de prendre les dispositions pour permettre à des médecins de se former à l'étranger, d'établir des centres d'éducation et d'organiser de nombreux projets afin de venir en aide aux victimes du désastre de Tchernobyl.

#### 3.2. D'où proviennent les enfants?

L'aide d'ISTOK est dédiée à toutes les régions de la Biélorussie. Nous avons reçus des enfants de tout le pays, de : Minsk, Gomel, Orsha, Mozyr, Borbrouisk, etc. Dans les villages et les banlieues des villes la maison typique est à charpente de bois et elle est chauffée par un poêle à bois. De nombreuses maisons dans les villages n'ont pas de système d'eau courante ou d'égouts, et la maison moyenne loge de 4 à 15 personnes dans deux ou trois petites pièces. La plupart des maisons ont un petit potager avec quelques arbres fruitiers. Les tours d'habitation constituent l'autre type de résidence dans laquelle votre enfant pourrait habiter. Bien que les tours soient équipées de systèmes de chauffage et de tuyauterie, le chauffage et l'eau courante font souvent défaut. Ici aussi, les familles habitent dans un espace très restreint, souvent partagé avec les grands-parents. Minsk, la capitale, fait un peu exception par sa modernité et le rythme accéléré des nouvelles constructions d'immeubles de grands gabarits. Depuis 2009 Istok a décidé de se concentrer sur la région sud du pays, de Bobruisk à la frontière Ukrainienne.

#### 3.3. Leur santé

Les enfants choisis pour participer à nos séjours santé ont passé un examen médical requis pour sortir de Biélorussie, cependant, leur système immunitaire est affaibli à cause du manque de vitamines dans la nourriture et l'accumulation de petites quantités de radiation. Ces enfants ne présentent aucune menace à la santé des autres personnes. Les familles hôtes peuvent se rendre compte que leur invité se fatigue plus rapidement que les enfants d'ici. Des maux de tête, saignements du nez et une guérison lente des lésions cutanées sont souvent signalés par les familles d'accueil.

#### 3.4. Langue

Tel que précisé à l'article 2.5 concernant la Biélorussie, les enfants apprennent le russe à l'école. Les enfants les plus âgés auront possiblement eu une formation en anglais, en français, en italien ou en allemand. Des gestes des mains et des paroles simples pourront suffire dans de nombreuses circonstances. Encouragez l'enfant à montrer du doigt les mots français dans un dictionnaire, ou dans les brochures que nous fournissons aux nouvelles familles, s'il ne peut pas les prononcer.

Autres suggestions:

- Affichez des enseignes en biélorusse (alphabet cyrillique) et en français;
- Affichez des noms de 'nourriture' et leur traduction sur le réfrigérateur;
- Écrivez des mots communs que vous utiliserez sur des cartons et utilisez-les à titre de référence rapide;

- Soyez créatifs avec votre prononciation, votre expression, vos gestes et les enfants en feront autant;
- Contactez les interprètes autant qu'il est nécessaire.
- Gardez votre sens de l'humour; le rire est une excellente façon de communiquer avec les enfants.

## 4. Accueillir un enfant

### 4.1. Le rôle et la responsabilité de la famille d'accueil

Le rôle le plus important de la famille d'accueil est de fournir à l'enfant des soins quotidiens dans une ambiance stable et chaleureuse. Il ne faut pas oublier que les enfants viennent ici pour refaire leurs forces. Ils ont besoin d'une nourriture saine, d'air pur et de toute l'affection nécessaire pour qu'ils se sentent chez eux même en pays étranger si différent du leur. Sans aucun doute, les vrais plaisirs ici pour ces enfants sont les plus simples car plusieurs de ces plaisirs sont inaccessibles dans leur pays. Ils adorent se baigner (d'après tous les parents d'accueil, c'est leur passe-temps favori), faire de la bicyclette et jouer aux cartes. On recommande aux familles d'accueil de participer à toutes les activités de groupe organisées durant le séjour santé, ceci dans la mesure du possible, mais dans tous les cas d'y faire participer l'enfant. Ces rencontres permettent aux enfants de parler leur langue et de jouer avec des amis de leur village. En cas de maladie, d'accident ou autre urgence, les familles d'accueil devraient tout de suite demander l'aide de l'accompagnatrice et du responsable du séjour santé (voir section 4.8).

### 4.2. L'arrivée

Accueillez l'enfant à son arrivée en Suisse avec un petit cadeau. L'échange de cadeaux est une coutume biélorusse importante et les enfants apportent toujours un petit cadeau spécial pour leur famille d'accueil. La plupart des enfants sont très fatigués à leur arrivée. C'est peut-être la première fois qu'ils quittent la maison et on peut comprendre que la longueur du voyage puisse être épuisante pour eux. C'est une bonne idée de faire brièvement connaissance avec l'accompagnatrice à l'arrivée, puis de le rencontrer plus longuement dans les jours qui suivent. Durant cette visite, on peut échanger des renseignements d'ordre général en demandant à l'enfant s'il a des allergies, s'il est malade en voiture, s'il a peur des animaux, comment il s'appelle, s'il a un surnom, s'il a des frères et des sœurs, etc. Une fois à la maison, l'enfant voudra probablement défaire ses bagages immédiatement. Si vous aidez l'enfant à défaire ses bagages, vérifiez si ceux-ci contiennent de la nourriture. Résistez à la tentation de surcharger votre horaire durant la première semaine. Rappelez-vous que nos vies, nos coutumes et nos richesses matérielles peuvent rendre les enfants confus et surexcités. Aux sorties du groupe, ils pourront aussi prendre en note le numéro de téléphone de leurs amis s'il ne s'agit pas d'appels interurbains. Un appel téléphonique peut être un remède très efficace contre le mal du pays.

### 4.3. Salles de bain et soins de toilette

Encouragez-le à se brosser les dents régulièrement. Aussitôt que possible, montrez-lui la toilette. Jetez-y du papier hygiénique et actionnez la chasse d'eau. Par des signes, vous devriez pouvoir lui expliquer qu'ici, on peut jeter du papier hygiénique mais rien d'autre. En Biélorussie, leur système n'accepte pas le papier hygiénique ; il doit être jeté dans une corbeille à papier. Par conséquent, laver et changer ses sous-vêtements tous les jours est une pratique hygiénique courante. Montrez-lui où déposer le linge sale et faites-lui comprendre que vous allez faire sa lessive.

### 4.4. La nourriture et les repas

Les gens de Biélorussie se nourrissent de pommes de terre, (apprêtées de mille et une façons), d'aliments marinés et de mets frits et gras. Ils ne sont pas habitués aux salades, aux légumes crus et n'ont à peu près pas de fruits. Les bananes, les jus de fruits, les pastèques et les pêches sont des gâteries rares pour ces enfants. En disposant de fruits et de bonnes choses à manger, les

familles d'accueil peuvent littéralement voir leur invité s'épanouir. Leur visage reprend de la couleur et presque tous retournent à la maison avec quelques kilos en plus. Les enfants n'ont pas l'habitude de boire du lait. En Biélorussie, ils ont été prévenus que les produits laitiers ont une haute teneur en radioactivité qui se retrouve dans les os de ceux qui les consomment. On peut les encourager à boire du lait ici mais ils sont souvent incapables d'en digérer de grandes quantités, ils sont très méfiant aussi avec le fromage, fondues et raclettes, mais ils s'y adaptent après y avoir goûté pour la majorité. Les enfants semblent préférer les légumes cuits aux légumes crus. Ils aiment beaucoup le chou. Quelques conseils: servez du ketchup avec tous les aliments (ils aiment tous le ketchup), faites participer les enfants à l'achat de la nourriture, à la préparation de repas et si toutes vos tentatives échouent, faites cuire beaucoup de pommes de terre. Certains ont de très bonnes manières, d'autres en ont moins. Demandez à l'interprète d'expliquer à l'enfant ce qu'est un comportement acceptable à la table et pourquoi. Il est courant que les enfants aient tendance à quitter la table avant que tous aient fini.

#### 4.5. Le coucher

L'enfant couché au 2e étage d'un lit peut l'oublier, tomber et se faire mal en descendant durant la nuit. Bien des familles ont de la difficulté à coucher les enfants. En Biélorussie, les enfants vont souvent se coucher en même temps que leurs parents car la salle de séjour sert aussi de chambre à coucher, mais ils doivent s'adapter à notre horaire. Il faut avertir l'enfant la veille s'il doit se lever tôt à cause d'un rendez-vous.

#### 4.6. Problèmes de comportement

Certains garçons sont plutôt exubérants et vifs. Rappelez-vous que la combativité est la clé de la survie dans leur pays. Le père est souvent absent parce qu'il a deux emplois et qu'il s'agit d'une culture plus sexiste, par contre, les filles peuvent mettre du temps à s'ouvrir au papa de la famille d'accueil. Vous serez probablement témoins de rivalités si vos enfants sont du même âge que l'enfant accueilli. Vous devez avertir vos enfants à l'avance que le visiteur ne parle pas le français (ni l'anglais) et qu'il aura besoin de beaucoup d'aide de maman et papa. Plusieurs raisons expliquent pourquoi les familles qui ont des enfants plus âgés s'en tirent bien. Les enfants plus âgés sont capables d'assumer une part des responsabilités (les amener au cinéma, joué aux quilles, etc.). De plus, les jeunes enfants aiment beaucoup que les plus vieux s'occupent d'eux. Les parents qui n'ont pas d'enfants s'en tirent bien aussi parce que les enfants reçoivent alors beaucoup d'attention. Il est très important d'établir dès le départ les règles que l'enfant devra suivre. L'enfant aura moins de chance de contester votre autorité si vous appliquez les règles sans faire d'exceptions. Certains enfants sont très timides et ne contesteront jamais votre autorité. D'autres refuseront catégoriquement de porter leur ceinture de sécurité ou leur gilet de sauvetage ou de s'asseoir ailleurs que sur le siège avant. Il ne faut pas céder à l'enfant dans ces cas, mais il faut être patient. Si un problème de comportement est sérieux, faites appel à l'accompagnatrice pour tenter de déterminer l'origine du problème.

#### 4.7. En cas d'urgence

En cas d'urgence médicale, communiquez avec le responsable du séjour. Il assurera tous les contacts avec le médecin ou l'hôpital, pour la gestion des frais et des papiers.

#### 4.8. Les interprètes, rôle et information

Qui sont-ils?

La plupart des interprètes sont étudiants ou professeurs au département de langues étrangères à l'université de Minsk.

Quelles sont les responsabilités de l'interprète?

Tous les interprètes sont responsables du bien-être des enfants qu'ils accompagnent. Dans les faits, ils détiennent l'autorité parentale auprès des enfants durant leur séjour chez nous. L'autre aspect de leur travail est de faire la traduction pour les enfants et leur famille d'accueil, incluant la

traduction de lettres si nécessaire. À la fin du séjour santé la plupart des familles aiment écrire une lettre à la famille de leur enfant, et l'interprète peut la traduire avant le départ.

Quelles sont les responsabilités des familles d'accueil ?

Les familles d'accueil doivent toujours aviser les interprètes et le responsable du séjour santé chaque fois que les enfants partent pour plus d'un jour. La même démarche doit être faite s'il y a une urgence médicale concernant l'enfant, ceci peut s'avérer quelques fois stressant pour l'enfant. Plusieurs familles invitent l'interprète à les accompagner lors de petits voyages ou d'excursions.

Horaire des interprètes?

Pendant qu'ils sont ici, les interprètes sont une merveilleuse source d'informations sur la Biélorussie, leur culture, leurs coutumes et leur histoire. Ils sont très heureux de partager ces informations avec les familles d'accueil. Plusieurs familles invitent les interprètes à dîner ou à faire des sorties avec elles, ces sorties semblent très appréciées des interprètes. Il peut arriver des moments où les interprètes ont un horaire si chargé que chaque heure de leur journée est remplie. Pour éviter la fatigue des interprètes, fixez les rendez-vous ou toute autre demande avec le responsable du séjour santé.

#### 4.9. Le responsable du séjour santé

Tous les problèmes non résolus par la famille d'accueil et qui demandent une attention particulière, devraient être soumis à l'attention du responsable du séjour santé. C'est une personne d'expérience qui fera de son mieux pour vous aider. Le responsable du séjour santé entre en contact avec la présidence d'ISTOK pour tous les problèmes qu'il pense ne pas être en mesure de régler localement. Ceci inclus les urgences médicales avec les enfants ou les interprètes. Les familles doivent toujours passer par le responsable du séjour santé.

#### 4.10. Renseignements utiles

La capitale Biélorusse : Minsk  
Décalage horaire : GMT + 1 heures;

Téléphoner en Biélorussie:

À l'arrivée, si votre enfant a le téléphone, composez le numéro vous-même et permettez-lui de parler quelques minutes à sa famille. Si la famille de votre enfant biélorusse a le téléphone, son numéro personnel aura 5 ou 6 chiffres. Il y aura aussi un numéro de code régional (ville ou région) et aussi le code pour le pays qui est le "375".

### 5. Faire ses « au revoir »

Il est habituellement plus difficile pour la famille d'accueil de faire ses adieux que pour leur visiteur. Dans bien des cas des liens très étroits se sont tissés au cours du séjour et il est très difficile pour la famille d'accueil de laisser aller les enfants. Pour eux aussi la séparation est difficile, mais compensée par leur désir de revoir leurs parents, frères et sœurs, avec toutes sortes de choses à raconter sur leur séjour.

#### 5.1. Les cadeaux

Ne vous sentez pas obligés de dépenser des centaines de francs pour l'enfant. Certaines familles en ont les moyens, d'autres pas. Le plus beau cadeau reste le partage d'un milieu de vie qui contribue à l'amélioration de leur santé. Avec un peu d'imagination, vous trouverez sûrement plusieurs idées de cadeaux qui conviennent à votre budget. Evitez d'envoyer de l'argent avec l'enfant.

## 5.2. Restrictions concernant les bagages

Sur un avion de la Belavia chaque passager peut apporter:

- En cabine, 1 bagage à main qui peut être placé au-dessus du siège, max 8kg;
- En soute, 1 bagage dont le poids n'excède pas 20 kilogrammes.

## 5.3. La correspondance avec la Biélorussie

La plupart des lettres en provenance de Suisse à destination, mais il faut compter trois semaines. Le manque de fiabilité de la poste rend les communications avec ce pays très frustrantes. Le courrier enregistré semble arriver à destination mais la Biélorussie ne confirme pas à la Poste que le courrier a été reçu. Les cartes postales semblent efficaces pour de brefs messages, les employés postaux les laissent passer parce qu'il n'y a rien dedans. En Biélorussie, l'adresse s'écrit dans l'ordre suivant (le pays en premier, la ville, la rue et ensuite le nom de la personne). Demandez à l'enfant d'écrire son nom et son adresse en cyrillique et pratiquez-vous à l'écrire ou faites plusieurs photocopies de la version manuscrite, car vous devrez identifier les valises pour le retour.

++++  
++++

Merci pour votre implication et n'hésitez pas à nous appeler :

Coordonnées du responsable du séjour santé :

Serge Cleusix, président d'ISTOK

Tél. domicile: 0041-024-481-16-14

Tél. portable: 0041-076-391-95-92

La famille ..... a lu et approuvé le présent livret, elle a compris le sens de son contenu et est d'accord avec l'ensemble des articles.

Elle s'engage à agir dans le sens du séjour santé tel qu'il est prévu par l'association ISTOK et accepte ses responsabilités en toute connaissance de cause.

Vionnaz, le .....

La famille d'accueil .....

Le responsable du séjour santé .....