



« Sa mort, en mai dernier, m'a fait beaucoup de peine. C'est une personne de l'Arche qui me l'a annoncée. Notre dernier contact par lettre remonte à septembre 2017, alors que notre projet ne faisait que commencer », explique Jean-Baptiste van den Hove. Depuis, l'association s'est bien développée. Nichée sur un terrain de deux hectares, peuplé d'animaux de ferme, elle dispose d'une jolie bâtisse où court le lierre. Quatre chambres sont mises à la disposition des résidents, faute de mieux et malgré des dizaines de demandes chaque semaine. « D'où notre appel au don. Nous voulons passer à la vitesse supérieure en augmentant le nombre de chambres afin de pouvoir arriver à l'équilibre financier et ne plus dépendre éternellement de la charité de nos donateurs », déclare-t-on dans la maison, où les quatre salariés à temps plein sont aidés par de nombreux bénévoles. Parfois d'anciens résidents.

Catherine est l'un d'eux. À 52 ans, en instance de divorce, elle enchaînait les contrats courts dans le secrétariat et se sentait à bout de force, physique et psychologique: « Au bout de deux ans, je me suis rendu compte que j'étais en burn-out et qu'il fallait que je trouve un moyen de me reposer. Mais je ne

voulais pas d'un endroit médicalisé. » C'est en cherchant sur Internet qu'elle a fini par trouver Au temps pour toi, où elle vient de passer un mois, du 15 juillet au 13 août. « J'y ai vécu dans une bulle de lumière et de bienveillance, loin du travail, des problèmes familiaux et des avocats. Sans téléphone, sans courrier, sans e-mail », confie-t-elle aujourd'hui, plus sereine et mieux armée pour affronter les remous quotidiens. « Je ne dis pas que je suis sortie du burn-out, mais au moins j'ai fait le point et je vais pouvoir remonter la pente. Moi qui ne savais pas dire non, j'ai pu enfin, là-bas, me fiche la paix et prendre du recul », juge-t-elle. De son séjour, elle garde quelques souvenirs marquants: assister au lever du jour, contempler les étoiles, discuter avec les permanents, mais aussi déguster les bons plats issus de produits locaux. « Je le recommande

**“MOI QUI NE SAVAIS PAS DIRE NON, J'AI PU ENFIN ME FICHER LA PAIX ET PRENDRE DU RECU.”**

à 300 %, quelque chose s'est ouvert en moi. » Pierre, ancien manager et père de famille de 38 ans, souligne quant à lui « l'absence complète de jugement » après avoir passé lui aussi un mois là-bas, en avril. Originaire d'une famille d'agriculteurs, il a retrouvé le charme et la simplicité de la campagne: « J'ai même acheté un chat, tant j'ai apprécié le contact des animaux sur place. »

### Des résidents de tous les horizons : médecins, prêtres, fonctionnaires...

En tout, une quarantaine d'hôtes sont déjà venus se ressourcer entre les murs d'Au temps pour toi, pour une durée de trois semaines à six mois, toutes professions confondues: médecins, prêtres, fonctionnaires, professeurs, directeurs d'Ehpad... Tous frappés par le mal du siècle, « symptomatique de la disparition du lien communautaire, y compris au sein des entreprises, parce que le burn-out est une difficulté de la relation », assure Jean-Baptiste van den Hove, ancien chef scout, considéré comme l'entrepreneur et le stratège de l'association. À ses côtés, deux autres piliers permettent à Au temps pour toi de prendre racine, à quelques kilomètres du village de Saint-Paul, en Haute-Vienne. François Rocher est, quant à lui, l'animateur de la maison. Il s'occupe également des animaux et vient en aide à Aurore André, considérée comme la maîtresse de maison: celle qui gère l'intendance et la logistique.

À eux trois, ils forment une équipe soudée et complémentaire pour offrir un cadre de repos total aux résidents. « Pour sortir du burn-out, il faut lâcher l'objectif d'en sortir le plus vite possible », ajoute l'un des fondateurs, qui compare Au temps pour toi à un environnement propice à la reconstruction, comme le sont les chemins de Saint-Jacques de Compostelle. Là-bas, pas d'obligations autres que quelques tâches ménagères et un peu de méditation. Du temps, beaucoup de temps, pour soi et pour se tourner vers les autres. ● ➔