

The background of the entire page is a photograph of two women in a dark setting. The woman in the foreground is a Black woman with her eyes closed, wearing a dark blue long-sleeved shirt and a thin gold chain with a small pendant. She has her arms raised, and her hands are being held by another person whose hands are visible at the top of the frame. Another woman is partially visible behind her, also with her arms raised. The lighting is dramatic, highlighting the subjects against a dark background.

**MISSION
ACTIONS ET PROJETS
ORGANISATION**

Survivre à l'exil ne signifie pas
être capable de vivre. Pour y parvenir,
il faut pouvoir retrouver du sens,
des liens et de la dignité.

À Paris et en Aveyron, LIMBO accompagne
dans leur reconstruction des personnes
exilées, notamment survivantes
du trafic, de la torture et
de violences extrêmes.

Parce qu'investir dans le soin ne devrait
jamais être une option : c'est une
responsabilité humaine et collective.



GENÈSE

LIMBO a vu le jour en 2016, suite à l'élan de solidarité provoqué par le documentaire *Voyage en barbarie*. Co-réalisé en 2014 avec Cécile Allegra, récompensée du prix Albert Londres pour son travail d'enquête, ce film expose la réalité du trafic d'êtres humains dans le Sinaï en Égypte et dénonce les tortures massives et systématiques qui y sont commises.

À la suite du film, deux survivants ont pu être exfiltrés vers la France. Mais quelques mois après leur arrivée, le traumatisme a resurgi. Et l'un d'entre eux, arrivé sain et sauf jusqu'en France, a fait une tentative de suicide dans le centre d'accueil où il était hébergé. Dans les jours qui ont suivi, Cécile Allegra a fondé LIMBO sur la base d'un constat : **survivre ne signifie pas être capable de vivre.**

Pendant ce temps, en Aveyron, des habitant·e·s du village de Conques et la communauté des frères de l'Abbaye de Sainte Foy découvrent ce trafic. Profondément touchés, les frères contactent LIMBO avec la volonté de s'engager.

C'est ainsi qu'est née l'idée de créer les séjours de résilience thérapeutiques pour des groupes de personnes exilées et de les accueillir dans cet écrin de douceur et de nature qu'est le village de Conques.



MISSION

Fondée en 2016, LIMBO est une association loi 1901, laïque, apolitique et aconfessionnelle, qui accompagne de manière inconditionnelle dans leur reconstruction des personnes exilées, notamment survivantes du trafic, de la torture et de violences extrêmes. Toutes souffrent de graves traumatismes psychiques et/ou physiques, avec des symptômes multiples : maux de tête, troubles de la sphère digestive, difficultés d'endormissement, difficulté de concentration, de repérage temporel, versant dépressif, angoisses, cauchemars, douleurs physiques chroniques...

SA MISSION SE DÉPLOIE SUR 3 AXES :

→ UN DISPOSITIF THÉRAPEUTIQUE DE RECONSTRUCTION

à travers des séjours de résilience, des ateliers de médiation artistique hebdomadaires, un accompagnement psychologique, des sorties culturelles et des cercles de parole mensuels.

→ UNE ACTION DE SENSIBILISATION VIS-À-VIS DU GRAND PUBLIC

afin d'informer et d'alerter sur la réalité de l'exil, le psychotrauma, et les camps de torture en Libye.

→ UNE ACTION DE PLAIDOYER AUPRÈS DES INSTITUTIONS PUBLIQUES

pour faire reconnaître le statut de survivant des camps et encourager la mise en place de moyens garantissant un accueil digne.



ENGAGEMENTS

A large, stylized illustration of a dandelion seed head. The stem of the dandelion is replaced by a silhouette of a person sitting in a meditative or contemplative pose. The roots of the dandelion extend downwards from the person's silhouette. Several dandelion seeds are shown floating in the air around the seed head.

BIENVEILLANCE

Nous demandons à l'ensemble de nos acteur·ice·s – bénévoles, intervenant·e·s, art-thérapeutes, participant·e·s – de faire preuve d'une bienveillance mutuelle, afin d'établir un sentiment de confiance et d'écoute.

RESPECT DU TRAUMATISME

LIMBO n'attend jamais la mise en récit du trauma et de l'exil et privilégie les activités non-verbales. En revanche, lorsque la parole émerge, nous l'accueillons et proposons si besoin un accompagnement psychologique individualisé.

LAÏCITÉ

LIMBO est une association laïque, qui offre son soutien à des participant·e·s de toutes confessions et aux personnes athées.

CO-CONSTRUCTION ET PAIR-AIDANCE

Nous encourageons tout·e·s les participant·e·s à devenir partie prenante du projet LIMBO. Lors des activités, nous les invitons à guider progressivement les nouvelles·aux participant·e·s, dans une démarche co-thérapeutique. Enfin, les membres peuvent participer à l'élaboration du dispositif et à l'organisation bénévole, dans une logique de co-construction.

CONSCIENCE ÉCOLOGIQUE

Nous choisissons des activités culturelles, artistiques et de lien social à l'impact écologique maîtrisé, tout en priorisant la proximité géographique des lieux et intervenant·e·s. L'intégralité des trajets liés aux séjours se font en transports doux, avec des voyages en train pour tout le groupe depuis Paris, et quelques déplacements sur place en van. Au Moulin du Pont Rû, la nourriture est 100% végétarienne, préparée avec des produits locaux cultivés sur place.

UN DISPOSITIF UNIQUE EN FRANCE

Le dispositif LIMBO est unique en son genre : à ce jour, aucune action similaire n'existe en France. Depuis plus de dix ans, LIMBO développe un dispositif thérapeutique et psychosocial intégratif et progressif, fondé sur la temporalité et l'accompagnement en petit groupe. Ce cadre favorise la réparation et le renouvellement du lien social. Ces rencontres produisent des effets thérapeutiques que les ateliers d'art-thérapie viennent ensuite approfondir.

Autre originalité : les séjours de résilience sont organisés pendant les vacances scolaires, période délicate pendant laquelle le personnel des centres d'accueil (CADA, HUDA, CHRS, etc.) est moins disponible et où les risques de souffrance individuelle et de suicide sont plus élevés. Le programme d'accompagnement hebdomadaire à Paris et en Aveyron permettent d'installer une continuité dans le suivi thérapeutique grâce à l'existence d'un « repère ».



Les ateliers et les cercles de parole fonctionnent par groupes ouverts, selon les besoins de chaque participant·e.

Le dispositif LIMBO a une fonction de soin par le lien : il favorise l'écoute et l'attention à l'autre et permet à chacun·e de trouver sa place dans le groupe. Il s'appuie sur les capacités créatrices

de la personne pour s'autoriser à (re) construire sa subjectivité, dans le lien à l'autre. *In fine*, il s'agit pour ces personnes de pouvoir se remettre en mouvement, pour qu'elles puissent redevenir autrices de leurs désirs, actrices de leurs intentions, et en capacité de se projeter et de s'intégrer. LIMBO crée des passerelles pour référer, si nécessaire, les personnes vers d'autres structures de suivi psychologique et/ou médical.

Enfin, les actions de plaidoyer et de sensibilisation sont pensées en cohérence avec le travail thérapeutique engagé, à travers des projets et supports (film, exposition...) qui mettent en avant des témoignages directs de participant·e-s, pour faire résonner ces histoires et défendre l'accès aux droits et la dignité des personnes exilées.

SANTÉ MENTALE DES EXILÉ·E·S : UNE CRISE SILENCIEUSE

Les chiffres sur la santé mentale des personnes exilées sont alarmants :

1/5 souffre d'un trouble psychique².

76% de celles/ceux en situation irrégulière ont subi des actes de torture ou d'autres violences sur leur parcours³.

Les faits de torture sont invoqués dans la majorité des demandes d'asile, tandis que les psycho-traumatismes altèrent souvent la capacité de verbalisation des concerné·e·s⁴.

Investir dans le soin n'est donc pas une option : c'est une responsabilité humaine et politique.

¹ Tribune Le Monde d'octobre 2025 ² Rapport 2024 du Centre Primo Levi.

³ Rapport 2021 OMCT. ⁴ Rapport annuel 2024 OFPRA.

CHIFFRES

À L'ANNÉE

1300

PARTICIPATIONS
AU DISPOSITIF THÉRAPEUTIQUE
pour près de 130 personnes exilées
accompagnées, dont 45% de femmes,
54% d'hommes et 1% non-binaires

6

SÉJOURS
4 à Conques,
2 en Île-de-France,
dont

68

ATELIERS
45 en Île-de-France,
23 en Aveyron

1

SÉJOUR
100% FEMMES

60

PARTICIPANT·E·S

74%

TAUX
D'ANCRAGE
DES
PARTICIPANT·E·S

45

SORTIES
CULTURELLES

55

PERMANENCES
PSYCHOSOCIALES
suivies de 28 cercles
de parole

9

ATELIERS
SANTÉ DES FEMMES

40

ENTRETIENS
INDIVIDUELS
PSYCHOLOGIQUES

DEPUIS 2023



280

PROJECTIONS
du *Chant des vivants*
de Cécile Allegra, suivies
de discussions

ENVIRON

23 000

SPECTATEUR·ICE·S



LES SÉJOURS

DE RÉSILIENCE

Les séjours à visée thérapeutique sont au cœur du dispositif et du savoir-faire LIMBO. Ils permettent à des individus brisés de se redresser, de réapprendre à rire, à faire confiance, à se faire confiance.

Six séjours par an sont organisés pendant les périodes de vacances scolaires, car l'expérience a montré que ces moments sont les plus à risque. Ce sont, en effet, des temps de pause pour les cours de français, certains accompagnements individuels et les travailleurs sociaux.

Ce sont des périodes où le sentiment de solitude et le ressassement sont plus prégnants.

Un séjour rassemble 10 personnes en mixité ou en non-mixité de genre, toutes nationalités et statuts administratifs confondus. Elles sont accompagnées par 3 encadrant-e-s, 1 art-thérapeute et 1 psychologue pour une semaine de vie en groupe. C'est un rythme collectif qui permet de retrouver des repères dans le temps.



**"UNE FAMILLE
CE N'EST PAS SEULEMENT
LES LIENS PARENTAUX,
C'EST D'ÊTRE ENSEMBLE.**

Pour moi la famille LIMBO est importante, on vient de plein de pays différents et en même temps nous restons très généreux."

La pertinence du dispositif thérapeutique repose sur plusieurs dimensions complémentaires. Elle s'appuie d'abord sur les différentes strates de contenance et d'étayage, depuis le cadre du lieu jusqu'à l'encadrement assuré par les bénévoles.



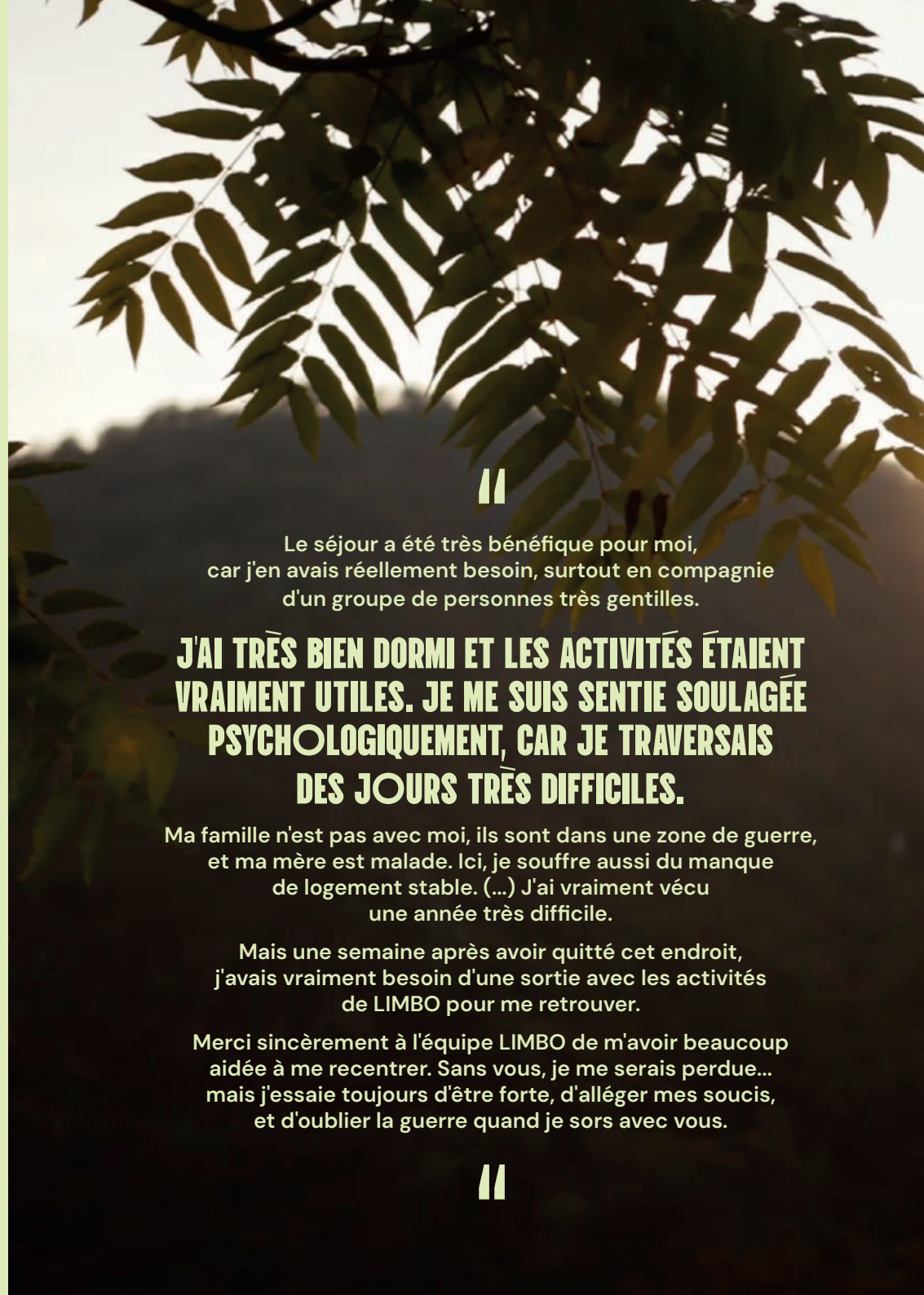
Les ateliers d'art-thérapie quotidiens, associés à la temporalité spécifique du séjour, permettent un accompagnement à la fois précis et efficace des participant-e-s. Les activités proposées l'après-midi, animées par des artisan-e-s, artistes et bénévoles locaux, favorisent la création de liens et l'ouverture sur l'environnement. Par ailleurs, la présence quotidienne d'une psychologue constitue un appui essentiel au sein du dispositif.

Les lieux de séjour nichés au milieu de la nature permettent de se ressourcer. La nature joue un rôle apaisant et les promenades dans les bois, le village, sur les chemins permettent une pause essentielle pour se retrouver. En Aveyron, en Occitanie, Conques accueille depuis 2016 les séjours LIMBO. Il y a une tradition d'accueil, beaucoup de rencontres et un hébergement au cœur de ce village.

LIMBO diversifie ses lieux d'accueil vers la région Île-de-France, plus précisément dans le parc national du Vexin, avec le Moulin du Pont Rû, un tiers-lieu social et rural qui accueille des séjours en non-mixité de genre.

UN SÉJOUR C'EST :

- ➔ Se restructurer suite aux vécus traumatiques
- ➔ Traverser son histoire pour être ici et maintenant
- ➔ Prendre sa place en tant que personne unique et précieuse
- ➔ Avoir le droit de passer de bons moments avec d'autres
- ➔ Retrouver confiance en soi et les autres



Le séjour a été très bénéfique pour moi, car j'en avais réellement besoin, surtout en compagnie d'un groupe de personnes très gentilles.

J'AI TRÈS BIEN DORMI ET LES ACTIVITÉS ÉTAIENT VRAIMENT UTILES. JE ME SUIS SENTIE SOULAGÉE PSYCHOLOGIQUEMENT, CAR JE TRAVERSAIS DES JOURS TRÈS DIFFICILES.

Ma famille n'est pas avec moi, ils sont dans une zone de guerre, et ma mère est malade. Ici, je souffre aussi du manque de logement stable. (...) J'ai vraiment vécu une année très difficile.

Mais une semaine après avoir quitté cet endroit, j'avais vraiment besoin d'une sortie avec les activités de LIMBO pour me retrouver.

Merci sincèrement à l'équipe LIMBO de m'avoir beaucoup aidée à me recentrer. Sans vous, je me serais perdue... mais j'essaie toujours d'être forte, d'alléger mes soucis, et d'oublier la guerre quand je sors avec vous.



LE PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT HEBDOMADAIRE

Pour pérenniser le travail thérapeutique et proposer une continuité du lien et de suivi entre les séjours, LIMBO a ouvert un programme hebdomadaire d'ateliers de médiation artistique, de suivi psychologique, de cercles de parole et de sorties culturelles. Ces actions ont lieu à la Maison des Réfugiés et au CENT-QUATRE à Paris, et au CADA d'Onet-le-Château en Aveyron.

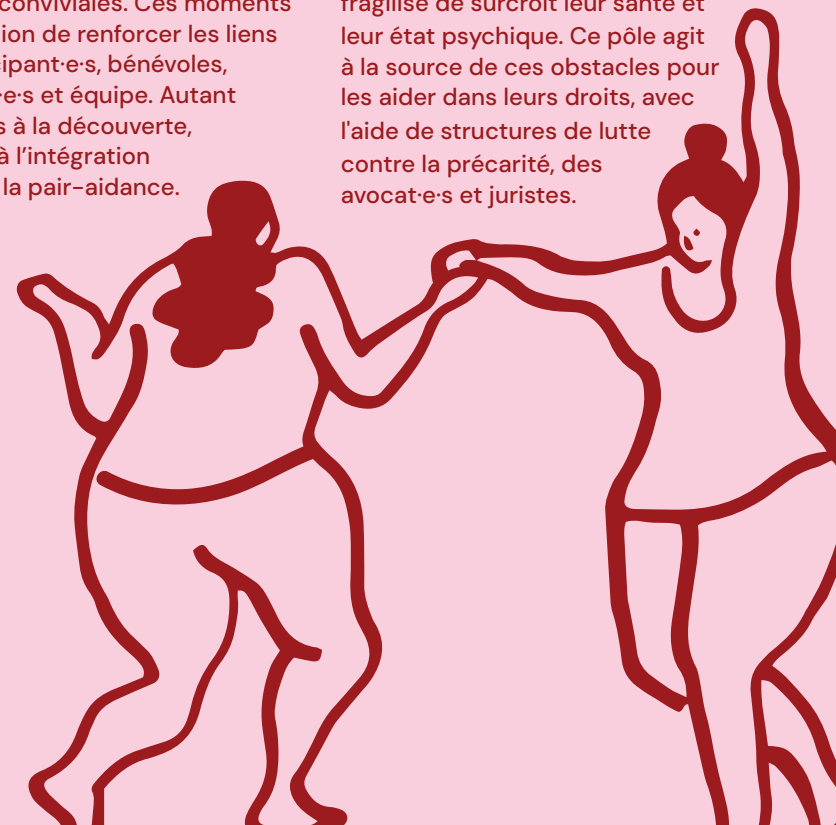
La fréquence des ateliers encourage la reconstruction progressive des participant-e-s, l'apaisement psychique sur la durée et permet d'entretenir ou d'initier le lien social. Durant l'année, environ 100 personnes exilées participent au Programme d'accompagnement hebdomadaire.

Les permanences psychologiques les invitent aussi aux cercles de parole mensuels et aux suivis individualisés qui offrent un espace structuré, prolongeant le travail engagé en atelier d'art-thérapie, notamment par une mise en mots des émotions ressenties et des résonances subjectives.

En parallèle de sa mission thérapeutique, LIMBO propose des activités culturelles, des sorties en pleine nature et des temps de rencontres conviviales. Ces moments sont l'occasion de renforcer les liens entre participant-e-s, bénévoles, intervenant-e-s et équipe. Autant d'invitations à la découverte, nécessaire à l'intégration sociale et à la pair-aidance.

**"J'AIME BEAUCOUP
CE QUE VOUS AVEZ
PROPOSÉ, C'EST-À-DIRE
DE TOUJOURS ESSAYER
ET DE NE JAMAIS
ÊTRE OBLIGÉ."**

Enfin, LIMBO développe un pôle socio-juridique. De nombreux participant-e-s ont un accès restreint à leurs droits, incluant des besoins vitaux non satisfaits. Ceci fragilise de surcroît leur santé et leur état psychique. Ce pôle agit à la source de ces obstacles pour les aider dans leurs droits, avec l'aide de structures de lutte contre la précarité, des avocat-e-s et juristes.



L'ACCOMPAGNEMENT SPÉCIFIQUE DES FEMMES ET LGBTQIA+

Pour répondre au mieux aux besoins des participant·e·s, LIMBO propose des activités mixtes et en non-mixité pour femmes et pour personnes LGBTQIA+, laissant le choix à chacun·e de trouver le cadre qui lui convient.

Pour toutes ses actions, LIMBO veille autant que possible à un équilibre femmes-hommes au sein des participant·e·s. Pour favoriser le respect et la bienveillance, des temps d'échange sont organisés sur les différences culturelles et les rapports et questions de genre.

LIMBO propose premièrement un accompagnement mixte qui encourage la reconstruction du lien, y compris entre les sexes et les identités de genre. Pour autant, cette mixité originelle n'exclut pas des espaces dédiés : l'association développe depuis 2025 deux volets d'accompagnement spécifiques pour les femmes et personnes LGBTQIA+ en exil, fondés sur la co-construction et la pair-aidance.

Particulièrement exposées à des violences liées à leur parcours, ces publics ont des besoins qui nécessitent une attention soutenue.

LIMBO travaille avec des partenaires spécialisés pour développer des actions et séjours de résilience entre femmes, comprenant les mères isolées (Planning Familial 75, Femmes Entraide et Autonomie, Centre Primo Levi, le Centre National de la Danse à Pantin).

Depuis la fin de l'année 2025, l'association engage une réflexion partagée avec les personnes concernées et des partenaires pour faire émerger un programme psychosocial et thérapeutique entièrement adapté aux personnes exilées LGBTQIA+.



SENSIBILISATION ET PLAIDOYER

Depuis sa création, LIMBO s'efforce de dénoncer l'existence de ce qui est devenu depuis une dizaine d'années un système organisé : les camps de torture en Libye et dans le Sinaï. Pour l'association, porter la voix et les mots de celles et ceux qui sont parvenu·e·s à dire l'horreur est une nécessité.

Les séjours et le programme d'accompagnement hebdomadaire agissent sur la réparation. Pour autant, LIMBO espère un jour parvenir à un éveil des consciences et à une réaction politique internationale qui permettra d'enfin endiguer le trafic, la torture et d'autres formes de violences à l'origine. L'association mène un travail de sensibilisation et de plaidoyer dans les médias (Le Monde, RFI, France Info, France 24, entre autres), organise des projections – en particulier autour du film *Le Chant des vivants* – et participe à des événements de mobilisation, comme la Commémor'Action, la Semaine d'information de la santé mentale ou la Journée mondiale des réfugié·e·s.





LE CHANT DES VIVANTS

Le film *Le Chant des vivants*, réalisé par Cécile Allegra et tourné à Conques en 2021, constitue un outil remarquable de sensibilisation et de rayonnement pour LIMBO.

SYNOPSIS :

Survivants de la longue route de l'exil, de jeunes filles, de jeunes hommes, arrivent à Conques, au cœur de l'Aveyron. Là, une association, Limbo, entourée d'habitants accueillants, permet au groupe de se poser un temps. Ces jeunes sont issus d'Érythrée, du Soudan, de Somalie, de Guinée, de RDC. À Conques, ils marchent, discutent, respirent... Peu à peu, le souvenir de la route s'atténue, et la parole renaît. Alors un jour surgit une idée un peu folle, celle d'une expérience collective. L'histoire commence à l'automne, dans ce petit bout de France, et se termine en juillet, dans l'éclat d'un été. De toutes leurs épreuves, ils feront une chanson.

"UN PETIT MIRACLE"

L'Obs

Depuis le début de sa diffusion en 2022, *Le Chant des vivants* a réuni près de 23 000 spectateur-ice-s et donné lieu à plus de 280 séances-débats. Ces projections sont aussi portées par des festivals et événements tels que le Festival des Solidarités, le Festival Vue d'Afrique, le Festival du Son UNESCO ou encore le Mois du film documentaire. Le film touche au cœur les spectateur-ices et les projections sont le lieu de nombreux échanges et témoignages poignants.

"UN FILM POIGNANT ET PROFONDEMENT HUMAIN"

Télérama

Découvrez la bande d'annonce
du film *Le Chant des vivants* (82')



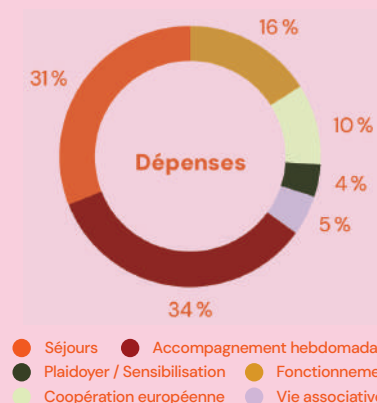
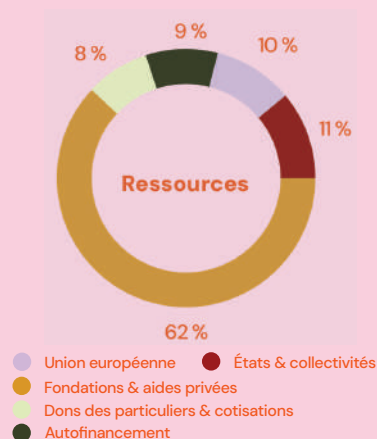
FONCTIONNEMENT

LIMBO rassemble une équipe composée d'une soixantaine de bénévoles, d'une coordinatrice générale, de 2 coordinatrices de projets thérapeutiques, d'une psychologue clinicienne, d'intervenant·e·s professionnel·le·s, d'art-thérapeutes et de médiatrices artistiques.

BUDGET 2026 :

196 679,48 €

+ 13,6 % d'augmentation des besoins par an, en moyenne

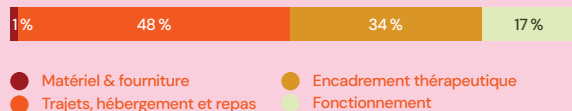


2/3 DU BUDGET engagé au plus près du terrain

Les ressources financent en priorité le dispositif thérapeutique global LIMBO pour 130 participant·es direct·es par an. Le reste couvre des frais de fonctionnement maîtrisés et fait rayonner LIMBO : sensibilisation du grand public, plaidoyer, vie associative et coopération européenne.

COMBIEN COÛTE LE DISPOSITIF THÉRAPEUTIQUE LIMBO PAR BÉNÉFICIAIRE ?

1016,16 € pour 1 séjour



668,71 € pour 1 année d'accompagnement hebdomadaire



À ces 196 679,48 € s'ajoutent près de 30 000 heures de bénévolat, des dons et prêts en nature, des mises à disposition gratuite de salles, des prestations offertes et des consultations juridiques pro-bono, valorisés à 301 500,00 € bruts.

PARTENAIRES

LIMBO EST FINANCÉE PAR :



SES ACTIVITÉS SONT ACCUEILLIES PAR :



LIMBO COLLABORE RÉGULIÈREMENT AVEC :

Les structures d'accueil et d'hébergement des demandeur·ses d'asile, et



LIMBO
c/o MACVAC
20 rue Edouard Pailleron – 75019 Paris

CONTACTS :

Informations générales
contact@limbo-asso.org

Partenariats, mécénat, dons et engagement humain
Nancy Aguilera : coordination@limbo-asso.org | 07.69.27.06.32

Séjours
Alix Lafosse : sejours@limbo-asso.org | 06.46.57.39.69

Accompagnement hebdomadaire à Paris
Elsa Antoine : ateliers@limbo-asso.org

Accompagnement hebdomadaire et actions en Aveyron
Sylvie Roger : limboaveyron@proton.me

**Relations presse, événements et
projections du film *Chant des vivants***
contact@limbo-asso.org



LimboAssociation



Limbo-asso



www.limboassociation.com