

A photograph of a smiling couple and four children of African descent. The woman is on the left, and the man is on the right. They are surrounded by four children, some of whom are pointing towards the camera. They are sitting under a thatched roof structure, possibly a traditional building. The overall mood is joyful and warm.

# Guide de la MISSION

*Partir en couple*

**FIDESCO**



## FIDESCO EN BREF

Véritable acteur de développement depuis 1980, Fidesco s'engage auprès de partenaires d'Eglise dans près de 30 pays du monde entier pour soutenir des projets locaux à travers l'envoi de volontaires en mission de solidarité internationale.

Partir avec Fidesco, c'est se rendre disponible pour vivre une aventure professionnelle, humaine et spirituelle pendant 2 ans (voire 1 an) en Asie, Afrique ou Amérique latine.

Nos volontaires mettent leurs compétences au service de nos partenaires en entrant dans une attitude d'écoute et de patience. Ils vivent la mission comme une occasion de grandir au contact des autres, dans une rencontre authentique avec une autre culture.

Depuis plus de 40 ans, ils sont plus de 2 300 à s'être lancés dans cette aventure pour servir, agir et vivre auprès des plus pauvres.



  
**JEUNESSE**



  
**STRUCTURES  
ET INITIATIVES  
LOCALES**



  
**SANTÉ**



  
**PERSONNES  
VULNÉRABLES**



  
**PLANÈTE**



**214**  
**volontaires**  
sur le terrain en 2024



**28**  
**pays**  
de mission



**85**  
**partenaires**  
locaux



**44**ans  
**au service**  
des plus pauvres

# INTRODUCTION

**Fiancés, mariés sans enfant ou encore parents d'enfants devenus adultes : vous êtes animés d'un désir de servir ensemble et souhaitez aujourd'hui donner une nouvelle fécondité à votre couple : celle de la mission ? Ce guide est fait pour vous.**

Le couple est par essence appelé à se donner, à se tourner vers l'autre, à être fécond. La fécondité du couple prend des formes très variées, propres à chaque couple, qui évoluent tout au long de la vie. Une mission avec Fidesco peut être un lieu où cette fécondité grandit et se déploie dans la mesure où le couple est pleinement disponible au service du monde, prioritairement au service des plus pauvres. Véritable accélérateur de croissance pour le couple, la mission permet de grandir en communion, de se donner à deux.

Mais la mission Fidesco est aussi une démarche d'exode. Elle consiste à quitter son pays pour aller servir et aimer des personnes dans un pays étranger en acceptant de vivre un véritable renoncement : aux événements qui auront lieu pendant la mission, à son confort, à des habitudes, pour être entièrement présent à l'autre. La mission, c'est aussi accepter de mettre ses intérêts au second plan pour se mettre dans un esprit de service.

Il est donc nécessaire de se poser les bonnes questions avant de partir. Pourquoi voulons-nous partir en mission ? Est-ce le bon moment pour notre couple ? Est-ce opportun professionnellement ? Avons-nous un désir d'enfant ?

L'objectif de ce guide est d'aborder un maximum de thématiques pour approfondir le sens de la mission en couple afin de nourrir votre réflexion.

**« Le sacrement de mariage, enraciné dans le baptême et la confirmation, établit époux et parents comme témoins du Christ jusqu'aux confins de la terre et véritables missionnaires de l'amour et de la vie. »**

**Saint Jean-Paul II, Familiaris Consortio**



*Ce guide a été réalisé à partir de témoignages de volontaires partis en mission en couple avec Fidesco. Chaque partie fera coïncider à la fois des témoignages et des astuces de volontaires. Ces éléments vivants permettent de rendre ce recueil authentique et d'apporter un éclairage concret sur les sujets qui peuvent vous questionner.*



# SOMMAIRE

## 1. LES ENJEUX DE LA MISSION EN COUPLE

- Discerner seul avant de discerner en couple
- Est-ce le bon moment ?
- Servir en couple, un projet à construire ensemble

## 2. VIVRE LA MISSION EN COUPLE

- L'arrivée sur le terrain
- Surmonter les premières difficultés
- La vie quotidienne
- Travailler ensemble
- Témoigner en tant que couple
- La fécondité missionnaire
- Les autres volontaires, une chance pour la mission

## 3. LE RETOUR DE MISSION

- Dire au revoir
- Conserver un élan missionnaire
- Les fruits de la mission

## 4. ET L'ÉCOLOGIE DANS TOUT ÇA ?



## TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Le 16 juin, nous allons fêter nos un an de mariage et nous pourrons dire que cette première année aura été très intense et remplie d'événements très heureux. Nous sommes partis de l'autre côté de l'Atlantique pour aller à la rencontre de 29 chicos sans parents et en réel manque affectif. Nous découvrons des chicos remplis de joie, le cœur grand ouvert pour nous accueillir, mais aussi les Argentins qui sont très touchés et impressionnés de nous voir tout quitter ainsi « si jeunes ! », mais la réalité est que cela ne nous paraît pas si difficile, vivre simplement en mettant en pratique ce que Jésus nous demande : aimer son prochain.*

*Blanche et Romain de Varax, Cordoba | ARGENTINE*



1

## LES ENJEUX DE LA MISSION EN COUPLE



## 1.1 Discerner seul avant de discerner en couple

Partir en mission Fidesco en couple, c'est répondre à un appel profond à quitter son pays pour aller servir les plus démunis. Cet appel peut se faire sentir de bien des manières mais il est nécessaire qu'il se fasse entendre à la fois individuellement et en couple. Chaque membre du couple doit rester libre dans son discernement à partir en mission ou non avec Fidesco.



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

***J'ai vécu un appel à la mission depuis l'adolescence. Augustin était motivé pour partir travailler à l'étranger mais plutôt dans des pays développés. Il a vécu son appel pendant la journée de rencontre Fidesco. Partir deux ans me faisait peur mais lui était très motivé. Et pendant la session de discernement, mon appel a rejoint le sien.***

*Juliette, en mission avec son mari Augustin au TIMOR ORIENTAL*

### ASTUCE



Laissez-vous quelques jours pour y réfléchir individuellement, sans en parler ensemble, pour ensuite confronter vos conclusions !



## 1.2 Est-ce le bon moment ?

Partir en mission, c'est avant tout vivre et agir avec les plus pauvres. Le projet de départ en couple est donc porteur d'une fécondité conjugale toute particulière pendant un temps donné. En mission, la priorité est donnée à la disponibilité au service et à l'accueil de l'autre. L'éventuel accueil d'un enfant imprime un changement majeur dans le rythme et l'implication dans sa mission. Un changement qui a un impact à la fois sur votre capacité à vivre pleinement la mission, mais aussi sur votre partenaire et ceux que vous êtes venus servir.



### ASTUCE

Un appel peut mettre du temps à mûrir. Ne précipitez pas la décision de partir.



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

***On est partis 6 mois après notre mariage. En plus de la mission, on cherchait à se construire tous les deux loin de nos cercles familiaux et amicaux, dans un autre environnement et un projet commun. On trouvait ça important de prendre un temps à deux pour construire notre couple sur le roc.***

*Carl et Philippine, en mission en COLOMBIE*



### ***1.3 Servir en couple, un projet à construire ensemble***

Partir en mission en couple, servir ensemble, est un projet fondateur. Chaque couple donne un sens différent à sa mission avec toujours comme horizon celui de servir les pauvres et l'Eglise universelle. Vous avez le désir de servir ensemble : qu'est-ce que cela signifie pour vous ?



#### **TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES**

*Cette mission nous offre une période privilégiée de notre vie à deux pour passer et savourer du temps à deux, pour nous permettre de nous connaître mieux et différemment. Notre vie sociale s'est certes calmée ces 10 derniers mois et les moments en famille et entre amis nous manquent, c'est sûr, mais nous avons pu profiter de tous ces moments plus calmes à deux. Partir en mission en couple n'est pas facile tous les jours, nous ne prétendons vraiment pas le contraire, mais ni l'un ni l'autre n'imaginerait avoir vécu cette mission sans l'autre. Nous sommes nos meilleurs supporters, confidents et les difficultés ne font que nous rapprocher petit à petit, de plus en plus.*

*Louis et Aurélie, en mission à Lubumbashi | RDC*



#### **TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES**

*Durant nos temps de repos à la maison et nos soirées, nous nous retrouvons à deux. On prend du temps pour jouer ensemble, la compétition est rude à « 7 Wonders Duel ». Hugues progresse aux échecs, Capucine apprend l'aquarelle. On découvre aussi de nouveaux talents que nous n'avions pas le temps de développer en France. Ici on passe bien plus de temps ensemble, c'est un nouvel équilibre à trouver, prendre du temps à deux sans se marcher dessus, notre jeune couple apprend beaucoup !*

*Hugues et Capucine, en mission à Bonoua | COTE D'IVOIRE*



#### **ASTUCE**

Reprenez votre prière des époux et relisez votre quotidien au regard de ce que vous aviez écrit



2

## VIVRE LA MISSION EN COUPLE



Une vie de couple missionnaire,  
dans des conditions modestes  
mais justes, ça se décline  
comment ?



## 2.1 L'arrivée sur le terrain

L'arrivée sur le terrain est un moment plein de bouleversements, loin de tous les repères connus. L'adaptation à la vie locale est souvent une période contrastée où fatigue rime avec émerveillement. Elle peut prendre entre quelques semaines et plusieurs mois selon les couples, les pays et les missions.



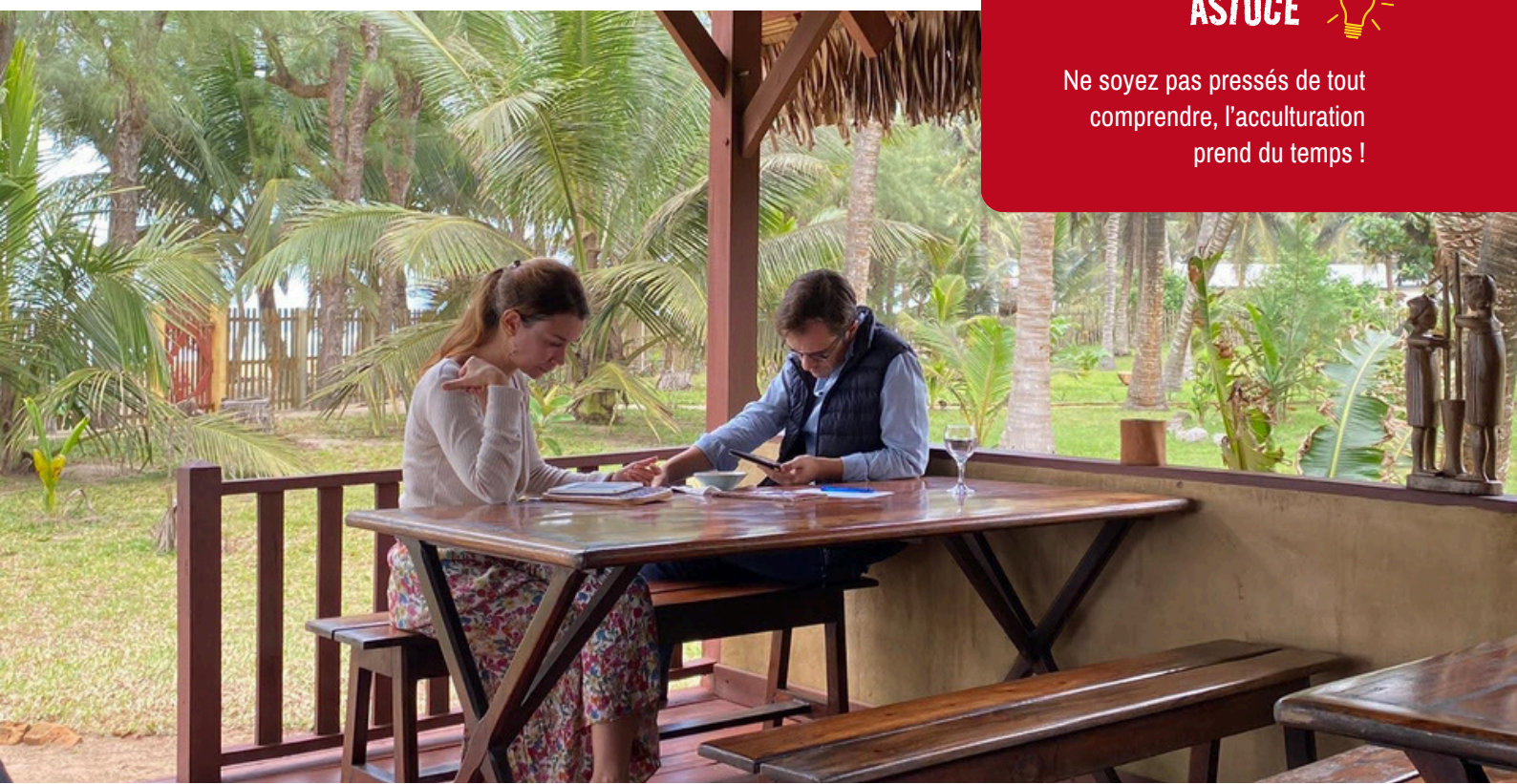
### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*La phase de découvertes et de tâtonnements a fait place à une phase d'ancrage dans nos missions. Nous avons pris de nouveaux repères dans notre vie quotidienne. Si nous sommes privilégiés dans notre appartement au confort presque occidental, nous subissons les mêmes désagréments que tous les habitants : eau courante seulement la nuit, et délestages intempestifs... Même si nous ne vivons jamais vraiment « à la malgache », le quotidien plus dépouillé et les rencontres avec les pauvres nous permettent de mieux comprendre les conditions de vie de ceux que nous sommes venus servir.*

*Jérôme et Marie-Astrid, en mission à MADAGASCAR*

### ASTUCE

Ne soyez pas pressés de tout comprendre, l'acculturation prend du temps !



## 2.2 Surmonter les premières difficultés

Une fois sur le terrain, trouver chacun son rôle et son rythme comporte de nombreux défis, qui peuvent être relevés de bien des manières. Avoir de bonnes habitudes de communication, connaître ses besoins et ceux de l'autre sont des attitudes indispensables en mission.



### ASTUCE

de Xavier et Laure, en mission en Zambie

« On avait apporté chacun dans nos valises quelques petits cadeaux à s'échanger lorsque l'un ou l'autre n'allait pas bien. »



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Pour prendre ses marques, la communication est la clé.*

*Certaines difficultés sont indispensables à partager parce que l'autre est un soutien, une oreille attentive. C'était hyper important de redire notre oui à la mission tous les jours pour s'abandonner et continuer à vivre cette mission avec l'aide de Dieu. C'est aussi ça qui nous a permis de surmonter nos limites.*

*Maillys et Alexandre, en mission aux PHILIPPINES*

## 2.3 La vie quotidienne en mission

Si les débuts ne sont pas toujours évidents, au bout de quelques mois, des habitudes s'installent. Une fois le rythme trouvé, les volontaires parviennent à retrouver un équilibre à la fois dans le couple et dans la mission.



### ASTUCE

Ménagez-vous des temps à deux : rendez-vous de quartier sous le manguier, visites aux voisins...

C'est aussi important pour l'équilibre de votre couple !



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Partis six mois seulement après nous être dit « oui », il nous a fallu apprendre à construire notre couple loin de nos familles, de nos amis, de nos repères ainsi que de notre routine parisienne. Nous avons appris à gérer les difficultés tous les deux, à s'écouter, à s'épauler, à découvrir ensemble, bref à grandir à deux !*

*Carl et Philippine, en mission en COLOMBIE*

## 2.4 Travailler ensemble

Certaines missions nécessitent que les deux membres du couple travaillent ensemble à longueur de journée, ou collaborent sur certains projets. Pour la majorité des couples de volontaires, il s'agit d'une première, ce qui ne va pas sans ajustements !



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Chaque semaine, nous apprenons davantage avec Marie-Lys à travailler ensemble, à confronter nos idées, à nous enrichir, à accepter la limite des idées de chacun... Et nous prenons cet exercice comme une chance pour notre couple.*

*Tanneguy et Marie-Lys, en mission à Curanilahue | CHILI*

### ASTUCE



Sur le terrain, apprenez à vous regarder travailler l'un l'autre pour apprécier vos différentes qualités et façons de travailler.



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Le travail en équipe (comprenez, en couple !) progresse bien et on découvre de nouvelles choses passionnantes chez l'autre. Il nous plaît souvent en plein milieu d'une activité de nous arrêter 30 secondes et de regarder notre moitié en action. On s'émerveille alors de son contact avec les patients, de sa délicatesse, de sa patience, de son courage, de sa force... Ce qui aboutit généralement à de jolis compliments au moment de nos feedbacks de fin de journée. On apprend également à détecter chez l'autre très rapidement les signes d'irritabilité, de perte de patience ou de coup de mou. Cela permet d'entamer rapidement une discussion pour rectifier le tir et s'épauler.*

*Hubert et Weronika, en mission à Rayong | THAÏLANDE*



## 2.5 Témoigner en tant que couple

Partir en mission Fidesco en couple, c'est aussi témoigner auprès de cultures très variées de la vocation chrétienne du mariage, de la fidélité et des différentes façons dont peut s'exprimer l'amour conjugal. Des réalités éloignées de celles de nombreux pays.



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Nous avons été heureux de participer à la noce d'un jeune couple de paroissiens, et à la célébration des 18 ans de mariage d'un autre couple. Les exemples de couples unis sont ici peu nombreux, beaucoup de femmes élèvent seules leurs enfants. Ce que nous vivons en tant que couple chrétien, ne serait-ce qu'en étant tout simplement assis côte à côte à la messe, interpelle...*

*Benoît et Bénédicte, en mission à Fort Dauphin | MADAGASCAR*



### ASTUCE

Les gestes les plus quotidiens sont des témoignages !



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Nous voyons également la nécessité d'avoir des couples dans nos communautés. Dans une société très segmentée, où la mixité n'existe pas, pouvoir entrer en contact par les hommes pour moi ou par les femmes pour Jeanne, est un réel atout. En dehors de quelques couples algériens chrétiens nécessairement discrets, nous sommes deux couples chrétiens repérables dans notre diocèse. À force de côtoyer des « pères » et des « sœurs » comme les gens disent ici, la place du célibat chez les chrétiens a pris une place peut-être disproportionnée dans l'imaginaire des Algériens. « Ah bon, vous pouvez vous marier ? » m'a-t-on déjà dit plusieurs fois.*

*Louis et Jeanne, en mission à Constantine | ALGERIE*

## 2.6 Les autres volontaires, une chance pour la mission

Certains couples envoyés par Fidesco ont la grande chance d'avoir d'autres volontaires sur le même lieu de mission. Cette présence est un appui précieux pour partager les joies, les difficultés et les défis de la mission ou tout simplement parler français ! Les temps partagés ensemble sont souvent une occasion de ressourcement.

### ASTUCE

Les apéros, anniversaires ou soirées jeux entre volontaires sont une belle respiration dans la vie de mission !



### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Dans nos moments de faiblesse, on est heureux de sentir combien on peut compter sur les habitants de Tanjomoha et sur notre couple pour aller de l'avant. Et surtout, nous grandissons à travers ces petites difficultés. Nous avons trouvé un rythme où nous passons un week-end par mois avec les volontaires Fidesco de Farafangana pour changer de lieu, bénéficier d'un peu de calme, et surtout partager et prier ensemble. Nous avons la chance d'avoir lié une belle amitié avec eux qui se fortifie d'autant plus qu'on est loin de nos repères, amis et familles. C'est bon de faire ces petites coupures pour prendre du recul et mieux servir ensuite.*

*Solène et Etienne, en mission à MADAGASCAR*





3

## LE RETOUR DE MISSION



Dire au revoir, retrouver ses anciennes habitudes, raconter cette aventure à la fois extraordinaire et si ordinaire à ses proches, faire le deuil de sa mission ...  
Le retour n'est pas une étape à négliger !



### 3.1 Dire au revoir

Le retour de mission est une étape qui peut être délicate compte tenu des liens que chaque volontaire crée en mission et de l'attachement qui le lie au pays de mission. Le retour peut aussi ne pas être vécu de la même manière au sein du couple.

L'un des conseils pour bien vivre ce moment clé est de prendre le temps de relire son expérience, de nommer ses émotions, et de faire le récit de sa mission. Fidesco vous accompagne en proposant un parcours de relecture marqué par un rendez-vous de fin de mission, et un week-end retour qui rassemble tous les volontaires. Fidesco travaille aussi en réseau avec des psychologues et des coachs, qui peuvent intervenir lorsque le besoin s'en fait sentir.



#### ASTUCE

Parlez-en entre vous. C'est le meilleur conseil que l'on puisse vous donner !



#### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Au bout de deux ans, on était bien installés, c'était « notre vie » et c'est forcément difficile de changer de vie. Mais c'est plus facile de rentrer en tant que couple, car on reste à deux au retour. On a avec soi quelqu'un qui comprend ce qu'on a vécu.*

*Pauline et Rémi, en mission au CHILI*

### 3.2 Conserver un élan missionnaire

Faire vivre la mission non plus au loin mais dans son pays, au quotidien, est quelque chose que beaucoup de couples d'anciens volontaires Fidesco mettent en place à leur retour. À chacun sa manière de vivre la mission après son retour, selon ses talents et ses disponibilités.



#### TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES

*Aujourd'hui, on a le désir de vivre simplement avec les gens qui nous entourent et d'apprendre à les rencontrer. Avant, nous ne connaissions même pas nos voisins de palier.*

*Jérôme et Albane, en mission à Vohipeno | MADAGASCAR*

#### ASTUCE



Certains couples s'engagent pour servir dans des associations, comme Le Rocher ou Lazare, d'autres auprès de leur paroisse ou encore, mettent en place des habitudes d'ouverture et d'accueil découvertes en mission. À chacun son appel !



### *3.3 Les fruits de la mission*

La mission est porteuse de nombreux fruits pour les couples. Ces fruits ne sont pas toujours perceptibles immédiatement, ils peuvent se révéler dans la durée. Vous voulez des exemples ?



#### **TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES**

***Notre vie aujourd'hui ne serait pas ce qu'elle est si on n'était pas partis avec Fidesco. On s'appuie sur notre expérience de mission au quotidien. La mission a donné beaucoup de sens à notre couple. Rémi, c'est le rocher que j'ai choisi !***

*Rémi et Pauline, en mission au CHILI*



#### **TÉMOIGNAGE DE VOLONTAIRES**

***Cela a apporté une très forte solidité de notre couple, qui nous a portée en mission mais aussi pour construire notre famille aujourd'hui et une certaine liberté par rapport à un chemin de vie. On est plus libres par rapports à nos choix, à ce qu'on pense bon pour notre famille. La mission permet de sortir des sentiers battus. Un des fruits est également le "modeste mais juste". Vivre avec moins est possible et rend heureux.***

*Maillys et Alexandre, en mission à Cagayan de Oro | PHILIPPINES*



**4**

**ET L'ÉCOLOGIE DANS  
TOUT ÇA ?**



Prendre l'avion pour rejoindre votre lieu de mission à 5, 8 voire 12 heures de vol, ne va certes pas améliorer votre bilan carbone. Il est tout à fait juste de discerner son désir de partir en mission en prenant en compte tous les impacts que cela aura sur le monde, y compris sur l'environnement.

Mais la mission, ce n'est pas seulement les heures de vol pour rejoindre le terrain. Sur place, vous attend une vie simple, où vous utiliserez moins d'eau et moins d'électricité, comme vos voisins, où vous consommerez local... sans parler de l'impossibilité de vous faire livrer vos achats Amazon !

En bref, une vie modeste mais juste, très peu consommatrice d'énergie. La preuve en chiffres :

Un exemple de mission au service de l'écologie intégrale



**FIDESCO :  
10 500 TONNES  
D'ÉMISSION  
DE CO2 ÉVITÉES !**

Avec plus de 2 000 volontaires envoyés depuis sa création, Fidesco a permis d'éviter l'émission de plus de 10 500 tonnes de Co2, soit l'équivalent du poids de la Tour Eiffel.

Chaque année les volontaires sur le terrain permettent en moyenne une économie de

**560 TONNES de Co2.**

**Le poids de la Tour Eiffel**

en Co2 non produit depuis la création de Fidesco

**Des missions Laudato Si**  
tout autour du monde

**Un mode de vie plus simple**

que les volontaires gardent souvent au retour

**38% de Co2 en moins**

émis chaque année par un volontaire par rapport à sa vie en France



RENDS LES AUTRES  
**VA, HEUREUX, JOIE!**  
ET TU CONNAITRAS LA  
FIDESCO



**DES QUESTIONS SUR LA MISSION ?** ↗

**CONTACTEZ-NOUS** 01 58 10 74 22 | [contact@fidesco.fr](mailto:contact@fidesco.fr) | [fidesco.fr](http://fidesco.fr)