



**Informations importantes concernant l'entretien avec le BAMF  
(audition)**  
**pour les personnes réfugiées lesbiennes, gays, bisexuelles, trans\***  
**ou inter\* (lsbt\*)**

État d'avancement : décembre 2024

Nous avons rassemblé ici quelques informations sur l'entretien avec le BAMF. L'entretien est également appelé « audition », les deux termes ayant la même signification. Si t'as d'autres questions concernant la préparation à l'audition, n'hésite pas à nous contacter.

Site web : [www.gerede-dresden.de](http://www.gerede-dresden.de)  
E-mail : [refugees@gerede-dresden.de](mailto:refugees@gerede-dresden.de) ou [asyl@gerede-dresden.de](mailto:asyl@gerede-dresden.de)

## **Table des matières**

I. Conditions générales de l'entretien .....	3
1. Pourquoi cet entretien ? .....	3
2. Tes droits et obligations .....	3
3. Déroulement de l'entretien.....	3
4. Médiation linguistique .....	5
5. Assistance .....	5
6. Auditeur·rice·x·s spécial·e·xs (Sonderbeauftragte) .....	5
7. Le procès-verbal .....	6
II. Ta procédure d'asile .....	6
1. Motifs de fuite .....	6
2. Informations sur la description des motifs de fuite .....	7
3. Motifs de fuite spécifiques aux personnes LGBTI* .....	8
4. Situation générale dans le pays d'origine.....	9
5. Preuves et documents.....	9
6. Préparation du contenu de l'entretien.....	9
III. Prendre soin de soi .....	10
IV. Décision .....	11
V. Informations complémentaires sur l'audience .....	11

## I. Conditions générales de l'entretien

### 1. Pourquoi cet entretien ?

L'entretien avec le BAMF est un élément central de la procédure. C'est sur la base de cet entretien que ta demande d'asile sera examinée et décidée. Il est important que tu exposes les raisons individuelles qui t'ont poussé à fuir ton pays. Ton récit des persécutions que tu as subies est déterminant pour l'octroi de l'asile. Cela vaut également si tu as déjà mentionné les raisons de ta fuite auprès d'une autre autorité (par exemple la police) ou lors de ton enregistrement dans le centre d'accueil. Ce qui est déterminant, c'est ce que tu dis lors de l'entretien avec le BAMF.

La procédure se compose de deux parties, qui sont généralement réparties sur deux rendez-vous. Tout d'abord, une audition (également appelée « *petit entretien* ») a lieu afin de déterminer si l'Allemagne est compétente pour ta procédure d'asile. Lors de la deuxième partie de l'audition (également appelée « *grand entretien* »), tu dois décrire toutes les circonstances qui ont motivé ta fuite, même si tu l'as déjà fait auparavant.

### 2. Tes droits et obligations

- L'entretien est individuel. Chaque personne est interrogée séparément par des employé·e·x·s du BAMF, en présence d'un·e·x· interprète·x.
- Si le sexe de l'interprète·x est important pour toi, par exemple si tu préfères parler à une femme, tu peux en faire la demande par écrit au BAMF au préalable. Nous pouvons t'aider dans cette démarche (voir ci-dessous sous I.4.).
- Tu peux demander une pause à tout moment, n'hésite pas à le faire si tu en ressentes le besoin. Cela n'aura aucune incidence négative sur l'entretien.
- Il est possible qu'une « personne de confiance » (assistant·e·x) participe à l'audition (voir ci-dessous sous I.5.).
- Certains employé·e·x·s du BAMF sont formé·e·x·s aux motifs de persécution spécifiques (représentant·e·x·s spéciaux). Tu as le droit de demander que ces employés du BAMF participent à la décision (voir ci-dessous sous I.6.).
- Si tu ne peux pas te présenter au rendez-vous, tu dois en informer le BAMF par écrit en temps utile, en précisant les raisons de ton absence. Si tu ne te présentes pas sans prévenir, ta demande d'asile peut être rejetée ou la procédure peut être suspendue sans que tu sois interrogé sur les raisons de ton absence. Si tu es malade·x ou en retard ce jour-là, tu dois le signaler par téléphone le jour même. Tu devras ensuite fournir ton certificat médical.

#### **Secret professionnel**

Les auditeur·rice·x·s et les interprète·x·s qui travaillent pour le BAMF sont soumis·e·x·s au secret professionnel. Ils sont passible·x·s de poursuites pénales siels divulguent à des tier\*s ce que vous avez dit lors de l'audition. Peu importe que ces personnes vivent en Allemagne ou non.

### 3. Déroulement de l'entretien

- Tu recevras un rendez-vous et seras convoqué·e·x à l'audition à la même heure que de nombreuses autres personnes. Tu ne peux pas savoir à l'avance dans quel ordre les auditions

auront lieu. Cela signifie que tu devras peut-être attendre plusieurs heures dans la salle d'attente avant d'être appelé·e·x et que ton audition commence (voir ci-dessous sous III.).

- L'entretien n'est en principe pas public. Dans le petit bureau de l'interview sont présent·e·xs la personne qui mène l'entretien (elle est assise devant et tape le procès-verbal) et l'interprète·x.
- Tout d'abord, auditeur·rice·x vérifie tes données personnelles. L' auditeur·rice·x doit s'assurer que tu es en bonne santé pour passer l'entretien et que tu peux communiquer avec l'interprète·x. Si tu ne te sens pas capable de passer l'entretien ce jour-là, fais-le savoir. Un nouveau rendez-vous te sera fixé. Cela n'aura aucune conséquence pour ta procédure d'asile.
- Tu recevras ensuite des informations générales sur tes droits et obligations pendant la procédure. Ces informations te seront également remises à l'avance avec la convocation au rendez-vous (voir ci-dessus sous I.2).
- Dans un premier temps, on te posera des questions plutôt générales, par exemple où tu habitais dans ton pays d'origine, quelle était ton niveau d'éducation scolaire, quand tu as quitté ton pays, etc. Le BAMF te posera des questions sur ton contexte socioculturel et sur les détails de ton itinéraire. Le BAMF souhaite ainsi s'assurer que les informations que tu as fournies jusqu'à présent sont cohérentes.

Tu trouveras des exemples de questions possibles au point II.6.

- Ensuite, on te demandera les raisons de ta fuite et tu seras invité·e·x à faire un « exposé factuel » ; cela signifie que tu as le droit et la possibilité de raconter tout ce qui a conduit à ta fuite et tout ce que tu juges important; tu ne seras pas interrompu·e·x dans un premier temps.
- Il est normal que ce récit soit très détaillé.
- Tu peux prendre tout le temps nécessaire pour raconter ton histoire. Cependant, tu dois te concentrer sur les raisons qui t'ont poussé·e·x à fuir.
- Il est tout à fait normal que des émotions surgissent pendant l'audition (voir ci-dessous sous III.). Les personnes qui t'écoutent sont habituées à ce que les gens aient des réactions émotionnelles fortes lorsqu'ils racontent leur histoire. Il est normal de pleurer, il est également normal d'avoir besoin d'une pause. Tu peux t'interrompre à tout moment si tu sens que c'est trop pour toi. Tu as le droit de faire des pauses.
- À la fin de ton récit, on te demandera une nouvelle fois si tu souhaites ajouter quelque chose. Prends le temps de réfléchir pour voir si tu as encore quelque chose à raconter.
- Ensuite, l'employé·e·x du BAMF te posera des questions sur ce que tu avais raconté. Il peut s'agir de questions détaillées. Par exemple, on peut te demander quand exactement les événements dont tu as parlé se sont produits, qui était présent·e·x, etc. On peut te demander pourquoi tu avais agi de telle ou telle manière lors d'un événement. Parfois, la même question te sera posée plusieurs fois. On pourrait également te demander ce qui t'arriverait si tu devais retourner dans ton pays. La personne qui t'écoute peut ensuite te demander s'il existe un endroit dans ton pays d'origine où tu n'aurais pas à craindre de persécution.
- La personne chargée de l'entretien essaiera de déterminer s'il existe d'autres raisons, outre celles que tu as évoquées pour justifier ta fuite, qui s'opposeraient à une expulsion, par exemple des raisons de santé, professionnelles, familiales, etc.
- Si, lors de ton entretien, tu as évoqué ton identité sexuelle ou ton orientation sexuelle comme motif de persécution, le·x·s auditeur·rice·x·s du BAMF pourront te poser des questions à ce sujet (voir ci-dessous II.3.).
- Il est possible qu'on te demande si tu as signalé les actes de persécution à la police. Réponds honnêtement et explique tes raisons si tu ne l'as pas fait, par exemple que la police ne te protégerait pas et que tu crains la violence, la torture ou même l'ostracisme de la part de ta famille. Si tel est le cas, il doit être clair lors de l'audition que ni la police, ni l'État, ni la société ne t'accordent de protection.
- La durée de l'audition n'est pas fixe. Elle dépend de ce que tu racontes et du nombre de questions qui te sont posées. Il se peut que tu ne puisses pas tout raconter en une seule journée. Cela arrive souvent. Dans ce cas, l'audition est interrompue et tu reçois une nouvelle

date pour la poursuivre. Cela n'a aucune conséquence négative pour ta procédure d'asile. N'hésite pas à nous contacter entre les deux rendez-vous si tu as des questions. Cela peut être une bonne occasion de bien te préparer pour la deuxième partie.

#### 4. Médiation linguistique

- L'audition se déroulera dans ta langue maternelle. Un·e·x interprète·x sera présent·e·x à cet effet.
- Si tu souhaites que l'audition se déroule dans une autre langue, tu peux en informer le BAMF à l'avance.
- Si le genre de l'interprète·x est important pour toi, par exemple si tu préfères qu'une femme assure l'interprétation, tu peux en faire la demande au préalable auprès du BAMF. Nous pouvons t'aider dans cette démarche. Il se peut toutefois que ta demande ne soit pas prise en compte.
- Pendant l'audition l'interprète·x doit rester neutre·x et ne traduire que ce que tu ou la personne du BAMF dites ; il ou elle ou iel ne doit faire aucun commentaire.
- Si tu ne comprends pas cette personne ou si tu ne lui fais pas confiance, dis-le immédiatement, même si cela t'est difficile : tu as le droit de demander un·e·x nouvel·le·x interprète·x. Cela ne doit pas avoir d'influence négative sur ta procédure. Il est généralement difficile de se plaindre rétrospectivement de l'interprétation si tu as signé à la fin de l'entretien que tu étais d'accord avec l'interprétation.
- Tu peux également faire appel à ton propre·x interprète·x, à tes frais. Le BAMF doit donner son accord.
- La personne assurant l'interprétation doit respecter le secret professionnel (voir ci-dessus sous I.2.).

#### 5. Assistance

- Tu peux te faire accompagner par une personne (par exemple un·e·x ami·e·x, un·e·x avocat·e·x ou un·e·x personne conseillère) à ton entretien.
- Cette personne doit pouvoir justifier de son identité et ne doit pas être elle-même en procédure d'asile ou sur le point d'avoir son propre entretien.
- Il est recommandé d'annoncer au préalable la présence de la personne accompagnante. Pour cela, tu dois t'adresser au BAMF, et nous pouvons t'aider dans cette démarche.
- La personne accompagnante a le droit de s'exprimer : elle ne peut pas justifier la demande d'asile à ta place, mais elle peut par exemple te poser des questions et s'exprimer de manière indépendante. Ces déclarations doivent être consignées dans le procès-verbal.
- Il peut être utile que cette personne maîtrise à la fois l'allemand et ta langue.

#### 6. Auditeur·rice·x·s spécial·e·xs (Sonderbeauftragte)

L'Office fédéral met à disposition des représentants spéciaux pour certains groupes de personnes :

- Personnes mineures non accompagnées
- Victimes de torture
- Personnes traumatisées
- Personnes persécutées en raison de leur sexe
- Victimes de la traite des êtres humains
- Personnes persécutées en raison de leur orientation sexuelle ou de leur identité de genre
- Les Auditeur·rice·x·s spécial·e·xs sont des personnes spécialement formées.

- Si tu appartiens à l'un de ces groupes, tu as le droit à une audition/décision dans le cadre de la procédure d'asile par une personne représentante spéciale de ce genre.
- Pour cela, tu dois au préalable faire une demande. Nous pouvons vous aider dans cette démarche.

### **Comment faire une demande ?**

Tu peux faire une demande auprès du BAMF en envoyant une courte lettre au BAMF dès que possible avant ton entretien. La lettre doit inclure ton nom, ton numéro de dossier ou ton numéro AZ (ce numéro figure dans toutes les invitations et lettres du BAMF).

Tu peux ensuite écrire que tu souhaites bénéficier d'un·e·x représentant·e·x spécial·e·x

(par exemple pour les personnes persécutées en raison de leur orientation sexuelle ou de leur identité de genre), que tu souhaites être accompagné·e·x) par une personne de confiance et/ou un·e·x interprète·x spécifique·xpour l'entretien.

Tu peux envoyer la lettre par courrier, par e-mail ou par fax, ou la remettre directement à l'antenne du BAMF.

## **7. Le procès-verbal**

- Un procès-verbal de l'entretien est rédigé en allemand. Il s'agit du document le plus important dans la procédure d'asile, car il sert de base à la décision concernant ta demande d'asile. Souvent, la personne qui prend la décision n'est pas la même que celle qui mène l'entretien. Il est donc important de savoir que seul le contenu du procès-verbal est pris en compte dans la décision.
- Non seulement ce que tu dis est consigné dans le procès-verbal, mais aussi tes réactions physiques, par exemple si tu pleures, ainsi que les pauses et les changements d'interprète·x, etc.
- Ce procès-verbal doit t'être retraduit oralement mot à mot. À la fin de l'entretien, on te demandera généralement si tu souhaites une retraduction à l'oral ou non. Il est recommandé d'insister pour obtenir une retraduction, même si cela prend du temps.
- La retraduction te donne la possibilité de corriger les informations et les contradictions. Si tu remarques des erreurs dans le contenu (par exemple, des indications de temps erronées), insiste pour qu'elles soient modifiées dans le procès-verbal !
- À la fin de l'entretien, tu dois signer le procès-verbal ; ne le fais pas s'il contient des erreurs !
- Demande qu'une copie du procès-verbal te soit remise. Si tu remarques des erreurs, contacte-nous ou ta représentante·x légale·x.

## **II. Ta procédure d'asile**

### **1. Motifs de fuite**

Il existe différentes raisons pouvant mener à une reconnaissance.

- a. La reconnaissance du **statut de réfugié** peut être accordée en vertu des articles 3 et suivants de la loi sur l'asile (AsylG). Cette protection est accordée lorsque certains acteurs persécutent des personnes pour des motifs de persécution spécifiques.

- b. La reconnaissance peut également être accordée en vertu de **l'article 16 a de la GG** (loi fondamentale). Toutefois, cela n'est possible que si tu es entré **directement** en Allemagne par avion ou par bateau.
- c. **La protection subsidiaire** au titre de l'article 4 de la loi sur l'asile (AsylG) peut être envisagée si tu es menacé de graves préjudices dans ton pays d'origine. Contrairement au statut de réfugié·e·x au titre des articles 3 et suivants de la loi sur l'asile (AsylG), il n'est pas nécessaire que tu sois menacé·e·x de préjudices en raison d'une caractéristique particulière.
- d. Une **interdiction d'expulsion** s'applique si, malgré l'absence du statut de réfugié·e·x, tu ne peux pas être expulsé·e·x. Cela peut être le cas s'il existe un danger concret pour des raisons de santé (§ 60 al. 7 AufenthG (loi sur le séjour) ou si une expulsion constituerait une violation d'un droit de la CEDH (Convention européenne des droits de l'homme) (§ 60 al. 5 AufenthG). C'est par exemple le cas si tu ne peux pas garantir ta propre subsistance dans ton pays d'origine.

## 2. Informations sur la description des motifs de fuite

- Il est important que tu décrives les actes de persécution dont tu as été victime ou dont tu serais menacé·e·x si tu devais retourner dans ton pays. Il s'agit ici de tes expériences personnelles.
- Les actes de persécution doivent être suffisamment graves pour constituer une violation grave des droits fondamentaux de l'homme. Tu dois mentionner lors de l'entretien les insultes, les injures et les menaces, ainsi que le sentiment d'être indésirable. Cependant, ceux-ci ne suffisent malheureusement pas à eux seuls pour être considérés comme des actes de persécution par le BAMF. Il en va de même pour les conflits ou les problèmes avec la famille ou l'entourage.
- L'asile ne t'est accordé en Allemagne que si tu n'es en sécurité nulle part dans ton pays et que l'État ne te protège pas. Le BAMF te demandera s'il existe un autre endroit dans le pays où tu serais en sécurité.
- Tu dois présenter de manière crédible les raisons de ta demande d'asile lors de l'entretien. L'entretien ne doit pas se concentrer sur une seule raison. Il se peut qu'il y ait plusieurs raisons pouvant mener à l'octroi de l'asile.
- Même s'il est très difficile de parler d'événements traumatisants, garde toujours à l'esprit que tu es en sécurité ici et maintenant. Il est compréhensible que tu aies du mal à parler de ces événements. Il se peut que des émotions remontent à la surface pendant que tu racontes ton expérience. Tu peux demander une pause, montrer tes émotions, pleurer, etc. (voir ci-dessous sous III.)
- S'il y a un événement dont tu ne peux pas parler à des inconnus, ne l'omets pas, mais mentionne quand et où il s'est produit et pourquoi tu ne peux pas le décrire en détail. Si cela te semble plus facile, tu peux soumettre cet événement par écrit. Nous pouvons t'aider à le faire.
- Essaie de te souvenir de tous les détails, y compris les noms de lieux ou de personnes (par exemple, les personnes témoins ou les auteurs). Rapporte également les détails apparemment insignifiants, tels que l'apparence des personnes (par exemple, le type d'uniforme) ou la météo. Lorsque tu racontes tes expériences, réponds honnêtement aux questions. Tu as également le droit de ne pas répondre à une question. Beaucoup d'événements que tu racontes remontent certainement à loin dans le passé. Il est souvent difficile de se souvenir en détail d'expériences traumatisantes. Tu peux dire honnêtement que tu ne te souviens pas exactement de certaines choses. Il est important de veiller à ce que tes déclarations ne se contredisent pas, car le BAMF pourrait les juger peu crédibles.
- Racontez les événements dans l'ordre chronologique, c'est-à-dire commencez par la première situation liée à votre fuite, par exemple des expériences de rejet/discrimination/violence pendant votre enfance, jusqu'à aujourd'hui. Racontez également les événements pertinents

liés à votre fuite, mais qui se sont produits après celle-ci, par exemple des menaces continues par téléphone, sur les réseaux sociaux, etc.

- Il est important que les actes de persécution aient un lien temporel avec la fuite : c'est-à-dire que si vous rapportez des événements qui ont eu lieu bien avant votre fuite, vous devez expliquer pourquoi vous n'avez fui que plus tard. Y a-t-il eu un événement concret qui a déclenché ta décision de fuir ? Ou la situation s'est-elle aggravée au fil des ans, jusqu'à ce que tu décides finalement de fuir ?
- Il est important de parler autant que possible de tes raisons de fuir et de tes expériences pendant l'entretien. Si tu invoques des raisons de fuir plus tard, par exemple devant le tribunal, tu devras expliquer pourquoi tu n'as pas mentionné ces raisons lors de l'entretien (allégation supplémentaire).
- On te posera beaucoup de questions, ne te laisse pas déstabiliser !
- Ce rendez-vous peut être l'occasion d'être entendu et de pouvoir t'exprimer. Prends le temps dont tu as besoin pour parler de ton expérience et de ton histoire. C'est ton droit.

**Remarque :** si tu souffres d'une maladie, mentionne-le lors de ton entretien. Cela est particulièrement important si tu viens d'un pays où le système de santé ne fonctionne pas ou si tu n'y peux pas assumer les frais médicaux.

### 3. Motifs de fuite spécifiques aux personnes LGBTI\*

- Il est possible que ton orientation sexuelle ou ton identité de genre ne soient pas abordées par les personnes chargées de l'entretien.
- Si tu as été victime de persécutions en raison de ton orientation sexuelle ou de ton identité de genre, ou si tu risques d'en être victime si tu retournes dans ton pays, cela peut constituer un motif d'asile en Allemagne. Cela inclut également la violence, le risque de mourir, d'être blessé·e·x physiquement ou emprisonné·e·x, les poursuites pénales ou les traitements ou punitions inhumains ou dégradants. Il est donc important d'aborder ces sujets lors de la procédure d'asile.
- Les lois discriminatoires à l'encontre des personnes LGBTI\* ne suffisent pas à elles seules pour justifier une demande d'asile. Tu dois évoquer des événements personnels, par exemple si tu as été arrêté·e·x par la police, si tu n'as pas trouvé de travail, si ta famille te menace, si la société t'exclut, si personne ne t'a aidé lorsque tu as voulu te rendre à la police, etc.

**Tu peux réfléchir aux questions suivantes. Si certaines d'entre elles s'appliquent à ta situation, il est important de le mentionner lors de l'entretien :**

As-tu déjà vécu des expériences négatives en raison de ton identité sexuelle et/ou de ton orientation sexuelle ?

As-tu été persécuté·e·x, blessé·e·x ou discriminé·e·x par la police ou d'autres personnes dans ton pays d'origine en raison de ton identité sexuelle et/ou de ton orientation sexuelle ?

Que pense ta famille du fait que tu sois gay/bisexuel·le·x/trans\*/lesbienne/... ?

Que se passerait-il si tu vivais ouvertement en tant que personne gay/bisexuelle/trans\*/lesbienne/... dans ton pays d'origine ? Donne des exemples concrets : par exemple, tu ne serais pas autorisé·e·x à exercer certains métiers, tu serais en danger de mort (que se passerait-il exactement ?)

As-tu parlé à quelqu'un de ton identité sexuelle ou de ton orientation sexuelle dans ton pays d'origine ? À qui ? Quelles ont été les conséquences pour toi ?

## 4. Situation générale dans le pays d'origine

Les employé·e·x·s du BAMF ne connaissent souvent pas précisément les conditions dans ton pays et ne savent pas que certaines choses y sont interdites, même si elles ne sont pas inscrites dans la loi. Il est donc important que tu racontes des incidents de ta vie quotidienne qui illustrent la manière dont certains sujets sont traités. N'oublie pas que la situation générale dans ton pays d'origine est importante. Cependant, tes raisons individuelles de ta fuite sont plus importantes.

**Si cela s'applique à ta situation, tu devrais fournir des informations sur les questions suivantes lors de ton entretien :**

Quelle est la situation actuelle dans ta ville et ton pays d'origine en matière de sécurité ?  
Quelle était la situation dans ta ville et ton pays d'origine avant ta fuite ?  
Des personnes de ton entourage (dans ton pays d'origine) sont-elles décédées en raison des conditions dans ton pays d'origine (par exemple, guerre, persécution, manque de soins, etc.) ?  
As-tu subi des violences psychologiques, physiques et/ou sexuelles dans ton pays d'origine ?  
As-tu été une personne témoin de violences ?  
As-tu eu peur de mourir ?  
Souffres-tu d'une maladie qui ne peut être traitée de manière adéquate en raison du manque de soins médicaux dans ton pays d'origine ?

## 5. Preuves et documents

- Apporte tout ce qui peut étayer ton histoire, par exemple des photos, des vidéos, des e-mails, des historiques de chat, des lettres, des documents, des certificats médicaux/thérapeutiques (y compris ceux délivrés en Allemagne), des coupures de journaux, des emballages de médicaments, des publications Facebook et Instagram...
- Si tu penses que des amis/parents peuvent t'envoyer des pièces justificatives importantes depuis ton pays d'origine, demande-leur impérativement de te les envoyer afin que tu puisses les apporter à l'entretien.
- Fais au préalable des copies des justificatifs que tu souhaites présenter. Tu peux également graver des documents supplémentaires sur CD ou emporter une clé USB.
- **Remarque :** les employés du BAMF ne sont pas autorisé·e·x·s à demander des photos ou des vidéos d'actes sexuels. Cela est interdit en Allemagne.
- Si vos documents ne sont pas acceptés, insistez pour que cela soit noté dans le procès-verbal.

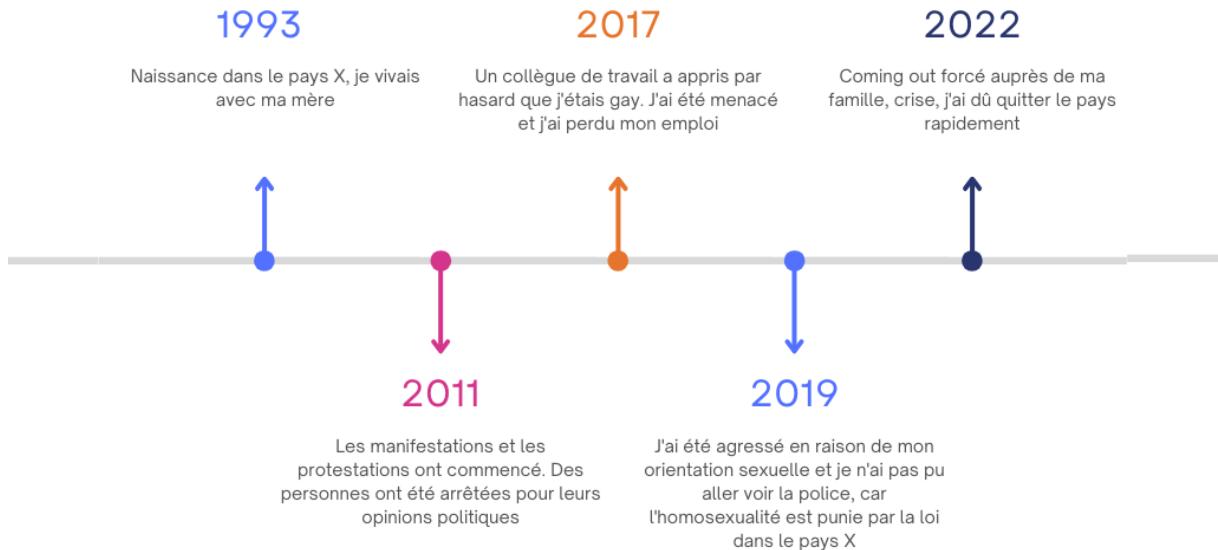
## 6. Préparation du contenu de l'entretien

Voici comment te préparer à l'entretien :

- Tu peux noter au préalable tes expériences dans l'ordre chronologique et de manière aussi détaillée que possible. Il n'est pas conseillé d'emporter tes notes à l'entretien, car tu pourrais alors être jugé peu crédible. Utilise ces notes uniquement pour ta préparation. Il est toutefois important que ton exposé ne donne pas l'impression d'avoir été « appris par cœur ».
- Tu peux utiliser une frise chronologique pour ta préparation. Prends une feuille de papier et trace une ligne qui symbolise l'histoire de ta vie. Tu peux indiquer un début (ton année de naissance, un événement important...) et une fin (aujourd'hui, ton arrivée en Allemagne) et les inscrire sur la ligne. Divise ensuite la ligne en différentes périodes (par exemple, par année). Tu peux utiliser la ligne pour structurer et classer tes expériences et tes aventures de manière chronologique. N'hésite pas à noter pour chaque expérience où tu l'as vécue (appartement de

ma mère, à la plage, à Caracas...). Il est tout à fait normal que tu ne te souviennes pas de certaines situations ou que tu sois parfois confus·e·x. La ligne t'aide à t'orienter dans le temps et dans l'espace.

•



- Tu peux raconter ton histoire à des personnes en qui tu as confiance afin de t'entraîner à être ouvert·e·x. Lors de l'entretien, tu devras raconter des détails intimes de ta vie à des inconnu·e·x·s. Ce n'est pas une chose courante et cela peut être difficile pour toi. T'entraîner à l'avance peut t'aider à mieux gérer cette situation.
- Se pencher sur sa propre biographie peut être intense, surtout si t'as vécu des expériences douloureuses. Prends soin de toi, fais des pauses, bouge un peu. À la fin de cette brochure, tu trouveras des idées et des conseils qui peuvent t'aider à prendre soin de toi (voir ci-dessous sous III.).

### III. Prendre soin de soi

L'entretien peut être difficile. Au cours de l'audition, tu racontes ton histoire personnelle et des événements qui peuvent être pénibles. Il s'agit d'une situation exceptionnelle que les gens ne vivent pas tous les jours !

Lorsque les personnes se souviennent d'événements, elles ne se souviennent pas seulement avec leur tête, mais aussi avec leur corps, ce qui peut être épuisant. Il est important que tu prennes soin de toi avant, pendant et après l'entretien. Nous avons rassemblé quelques idées à ce sujet :

- Y a-t-il un snack que t'aimes particulièrement ? Peut-être du chocolat, des fruits ou quelque chose de salé. Les collations aident à maintenir ton niveau d'énergie.
- Si tu sens que t'as besoin d'une pause, dis-le ! Tout le monde a besoin de pauses.
- Y a-t-il un objet qui te procure un sentiment de sécurité ? Peut-être un objet qui te rappelle de bons souvenirs ? N'hésite pas à l'apporter à l'entretien.
- Il n'est jamais trop tard pour trouver un objet approprié. Tu peux peut-être faire une promenade et voir si quelque chose te vient à l'esprit. Une feuille, une pierre, une photo, une fleur.
- Pense aux personnes en qui t'avais confiance et qui sont là pour toi. Tu peux planifier une activité commune avec elles pour après l'entretien. Tu peux par exemple organiser un appel vidéo ou aller vous promener.

- Qu'aimes-tu faire seul ? Que ce soit dessiner, te promener, regarder un film. Fais-le avant ou après l'entretien.

**Parfois, nous nous sentons agité·e·x·s , comme chargé·e·x·s d'énergie et submergés par nos pensées et nos sentiments. Lorsque cela se produit, tu peux :**

-bouge doucement

-respire profondément et consciemment. Tu peux prêter une attention particulière à l'expiration

-masses-toi (par exemple tes mains !)

Parfois, nous avons l'impression que nous allons nous endormir, nous nous sentons apathique·x·s et indifférent·x·s.

**Lorsque cela se produit, tu peux :**

-bouger. Par exemple, étirer ton corps pendant une pause et prendre l'air, danser avant l'entretien

-explorer ton environnement et prêter attention à ce que tu perçois avec tes sens. Tu peux par exemple citer quatre objets bleus que tu vois actuellement. Ou énumérer les bruits que tu entends

Tu as certainement d'autres idées sur ce qui te fait du bien et t'aide. Tu peux les noter ici :

---



---



---



---

## IV. Décision

- Tu recevras par écrit la décision prise par le BAMF. La décision t'est envoyée par la poste dans une enveloppe jaune à ton adresse. C'est pourquoi il est important que le BAMF dispose toujours de ton adresse actuelle. Une date est indiquée sur l'enveloppe. Cette date est très importante pour que tu puisses faire appel de la décision dans les délais impartis. Le délai pour introduire un recours commence à courir à partir de la date indiquée sur l'enveloppe. Afin de ne pas manquer ce délai, vérifie régulièrement ta boîte aux lettres.
- Si ton foyer dispose d'un tableau d'affichage avec le courrier nouvellement reçu, consulte-le régulièrement ; sinon, renseigne-toi auprès de la personne responsable du courrier.
- Si tu as déjà un avocat, la décision peut également être envoyée directement à son cabinet. Assure-toi d'être joignable pour ton avocat. Pour cela, une procuration est nécessaire. Les centres de conseil ne peuvent pas assurer de représentation juridique. Cela inclut par exemple la réception du courrier.
- Si la décision est négative, consulte rapidement un centre de conseil, car tu ne dispose généralement que de 7 ou 14 jours pour introduire un recours.

## V. Informations complémentaires sur l'audience

Court film d'animation contenant des informations sur l'audition au BAMF :

[allemand](#), [anglais](#), français, [pachtoune](#), [kurmandji](#) (kurde/ كورمانجي ), [albanais](#) (Shqipja), [arabe](#) (اللغة ) ( العربية ), [macédonien](#) (македонски јазик), [bosniaque](#) (bosanski), [farsi](#) (زبان فارسی), [serbe](#) (српски)

Autres liens :

[Questions du BAMF.pdf \(fluechtlingsrat-thr.de\)](#)

<https://queer-refugees.de/material/>

<https://www.saechsischer-fluechtlingsrat.de/de/venezuela-info/>