

EXTRAIT ARTICLE ...

PHARE SUR

LE DISPENSAIRE DES HAUTS-CANTONS



LIEN MAGAZINE ...

<https://lesenfantsphare.fr/project/le-pharandol-22-mars-2024/>



POUR NOUS CONTACTER



SiTE : lesenfantsphare.fr



eMAiL : contact@lesenfantsphare.fr



INTERVIEW du 20 avril 23. Dispensaire des Hauts-Cantons de Saint Étienne d'Albagnan



Bonjour chers lecteurs, chers auditeurs ! Nous avons la chance d'être aujourd'hui dans le dispensaire des Hauts-Cantons à Saint Étienne d'Albagnan, en compagnie de personnes charmantes mais surtout exemplaires qui se sont démenées corps et âme pour mener à bien ce projet d'un genre nouveau : un centre de soin pluridisciplinaire, qualifié d'éducation à la santé globale et aux soins naturels, accessible à tous. Je vais donc laisser les courageux créateurs, Brigitte, Sandrine, Bernadette, Christel et André se présenter, nous raconter comment est née l'idée, et quel est le rôle de chacun dans le fonctionnement de ce dispensaire.

André :

Bonjour. Quand Françoise (*ndlr : absente lors de l'entretien*), à l'origine du projet, m'en a parlé, j'ai trouvé que c'était une idée géniale, fantastique, parce que les médecines complémentaires ne sont pas accessibles à tous, et permettre aux gens de se réapproprier leur santé en les rendant accessibles au plus grand nombre, m'a semblé être une démarche très constructive, qui m'a emballé. Je l'ai donc aussitôt suivie.

Mon rôle est d'être en soutien de l'équipe dès que je suis disponible. Habitant à côté du site, je peux venir facilement. Je suis souvent à l'accueil, mais j'aide aussi à la logistique, à tout ce qui peut être utile quand il y a besoin.

Brigitte :

Bonjour, j'habite juste à côté du dispensaire. J'ai été très active à l'installation intérieure et aux nombreux travaux d'aménagements, comme la peinture et le mobilier d'accueil. J'ai entendu parler de cette idée de dispensaire par Françoise, il y a déjà longtemps quand je suis arrivée dans la vallée. Le projet n'a pas pu aboutir dans un premier temps, mais grâce à la ténacité d'une équipe qui était très active et qui tenait bon, finalement l'idée a pu voir le jour à la faveur de la crise Covid et d'un éveil de consciences en matière de prise en charge de sa santé.

Et enfin le dispensaire est ouvert ! Je suis accueillante.

Christel :

Bonjour ! Je suis aide-soignante. Je travaille à domicile pour le moment, et j'ai également suivi le projet de Françoise depuis longtemps, j'étais convaincue que c'était une excellente idée.

Nous avons beaucoup travaillé sur la charte pour trouver les mots justes. Un travail de fou ! Ça a été compliqué, et on ne savait pas où on allait du tout. Puis on a commencé à avoir le local, on a fait les statuts de l'association... et avancé petit à petit. On sait pas trop où on va, on est un peu dans le flou. Mais c'est une belle aventure dont je suis heureuse de faire partie. Je serai à l'accueil.

Sandrine :

Bonjour ! Je suis relativement nouvelle dans la vallée, ça ne fait que huit ans que je suis là. Et j'ai aussi rencontré Françoise, qui est la porteuse de ce projet, et qui le rêve depuis peut-être plusieurs décennies. Et il y a trois ans, j'ai senti qu'il y avait quelque chose dans l'air, que les thérapeutes divers et variés avaient envie de tisser du lien entre eux, croiser leurs compétences, échanger leurs savoirs. Et cette idée me plaisait beaucoup.

On a eu envie de se connaître, de découvrir le champ de pratique des uns et des autres. Ce projet correspondait parfaitement à cette aspiration commune, et nous a tous rassemblés autour d'un lieu qui permette à tous d'être acteur de sa santé. Je suis vraiment heureuse de faire partie de cette très belle aventure !

— PHARE SUR LE DISPENSAIRE DES HAUTS-CANTONS —

Bernadette :

Bonjour, j'habite de l'autre côté de la vallée depuis seulement deux ans, et j'ai aussi entendu parler de ce projet par Françoise, grâce à tout un concours de circonstances. Ce projet m'a énormément plu puisqu'il m'a permis de tisser des liens dont j'avais besoin, autour de l'idée que je défends déjà depuis très longtemps de prendre soin de sa santé. En effet, j'ai abandonné la médecine classique (hors certains cas) depuis plus de quarante ans, et j'ai cheminé depuis dans cette voie. Je ne regrette pas du tout ma décision puisque je m'en porte très bien.

Et maintenant de pouvoir participer à ce projet là, ça me porte, ça me nourrit. Je suis à l'accueil, présente quand il faut donner des coups de main, aussi au niveau du secrétariat, ce qui me permet en plus de progresser en informatique et de combler mes lacunes.



On voit que ça fait appel à tout un panel de compétences, de connaissances, et que vous êtes très complémentaires finalement.

Bernadette :

Eh oui, je crois que chacun apporte ce qu'il est, et c'est ce qui est intéressant.

Absolument. Vous avez tous évoqué Françoise comme la porteuse initiale du projet, mais malheureusement elle n'a pas pu être disponible pour cet entretien. Personnellement, j'ai entendu parler d'elle car c'est une herbaliste connue dans la vallée. Qui peut nous en dire un peu plus sur elle, et de la manière dont elle vous a transmis sa vision ?

André :

Pour moi, elle est devenue très rapidement une amie, mais je crois que je l'ai vraiment découverte quand j'ai fait une formation avec elle, et sa façon d'enseigner. Elle n'assène pas des "vérités" mais elle aide les gens à découvrir par eux-mêmes quelles peuvent être les vertus de telle ou telle plante. Et cela m'a passionné.

J'ai trouvé quelqu'un d'une grande générosité, qui partageait son savoir, et qui aidait les gens vers l'autonomie. C'est le fil conducteur de son projet : amener les gens vers l'autonomie, ce qui est le contraire absolu du système actuel où on vit de plus en plus dans un état de dépendance et de soumission.

Effectivement, il me semble que le covid a permis à beaucoup de prendre conscience qu'être autonome en santé est un acte de résistance absolue face à la main-mise des labos pharmaceutiques sur une médecine globalisée qui est devenue clairement contre-productive en matière de santé, on le voit bien.



— PHARE SUR LE DISPENSAIRE DES HAUTS-CANTONS

Qu'est-ce que, selon vous, ce dispensaire pourrait apporter, qu'on ne retrouve pas dans ce qu'on appelle la médecine allopathique, et quels sont les besoins existants des patients que vous pouvez combler ?

André :

Voilà par exemple ce qu'on peut apporter : une clarté et du dialogue. C'est très important pour les personnes de sentir qu'elles sont écoutées.

Après, il y a le fait qu'on peut tous agir sur notre façon de penser, de respirer, de se nourrir, de se divertir. C'est tout ce qui fait la santé.

Bernadette :

On ne s'oppose pas à la médecine allopathique, on est juste complémentaire. Ce qu'on peut vraiment apporter ici c'est un espace, un temps d'écoute, où la personne va pouvoir reprendre confiance en elle et en ses moyens de trouver les réponses à une problématique de santé à laquelle elle se trouve confrontée. On peut l'aider à se poser des questions utiles, et lui présenter divers moyens de se prendre en charge, par des conférences sur divers thèmes fondamentaux comme la respiration, la nutrition, la cohérence cardiaque, ou bien encore le travail sur soi, qu'il soit psychologique ou spirituel. Elles pourront expérimenter à leur guise ce qu'on leur propose, et ainsi peut-être découvrir de nouveaux horizons et de nouveaux leviers pour prendre soin d'elles-mêmes dans toutes les composantes de leur réalité.



C'est très intéressant. Peut-on envisager des ponts entre la médecine allopathique qui reste très compétente dans certains domaines, mais beaucoup moins sur d'autres, et ces médecines dites "alternatives" tellement décriées dans les grands médias et qui semblent faire très peur au système financier ?

André :

Moi je ferais volontiers un parallèle. Prendre soin de la planète aujourd'hui, c'est faire ce que faisaient nos anciens hier, avant l'arrivée de l'agrochimie. Et en terme de santé, c'est pareil.

Il y avait à l'époque dans tous les villages des guérisseurs, des sages-femmes, des coupeurs de feux, des rebouteux.

Ça existe depuis la nuit des temps. Les gens qui n'avaient pas les moyens de communication d'aujourd'hui, étaient bien obligés de se débrouiller par eux-mêmes. Ils étaient donc beaucoup plus autonomes et avaient bien plus de connaissances par exemple sur les bienfaits de telle ou telle plante que l'on trouve dans la nature, et savaient à qui s'adresser.

Et c'est ce qu'on essaie de recréer. Que les gens se responsabilisent.



Sandrine :

Tu parles de passerelle, mais moi j'aimerais qu'on arrive à voir les choses différemment, qu'on sorte du clivage entre médecine allopathique et traditionnelle, et qu'on puisse prendre un peu de hauteur : qu'on parvienne à avoir une approche globale, intégrative, qui soit centrée sur la personne dans son entièreté et unicité. C'est un espace qu'on est en train de créer qui doit être cohérent, qui n'est plus clivé, et dans lequel un climat de confiance et de responsabilisation doit régner. On espère aussi beaucoup de la co-création entre les différentes

approches proposées, et la créativité de la personne demandeuse qui se met à être actrice de sa santé.

Christel :

J'aimerais aussi ajouter qu'il s'agit d'un lieu de rencontre extraordinaire entre personnes qui pratiquent une nouvelle démarche commune. Et c'est très motivant ! Les gens vont dans le même sens et partagent un fort sentiment d'empathie les uns pour les autres. Et aussi entre eux un partage de connaissances, d'expériences et de liens. C'est très constructif et gratifiant pour nous de voir ça et d'y prendre part. Quand les gens ne se sentent plus seuls, ils reprennent confiance en eux, en leur pouvoir, en la Vie...

Est-ce qu'on peut savoir quels sont les soignants représentés ici, quelles sont toutes les disciplines et offres de soins proposées dès aujourd'hui au dispensaire ?

André :

Ce n'est pas facile de répondre simplement car le dispensaire n'est pas qu'une offre de soins différents et spécifiques mais un ensemble tout à fait complémentaire dans une vision holistique de la santé. C'est déjà un lieu d'échange avec des ateliers animés par des personnes différentes sur des sujets bien précis où on partage de la connaissance.

La gamme de thérapeutes est assez large. Il y a des naturopathes, ostéopathes, psychothérapeutes, mais aussi de la danse, du

yoga, du Qi-Gong, de l'art-thérapie (rire, musique, dessin, théâtre, cuisine).. Tout ce qui permet de faire du lien est important.

Beaucoup partent du principe que les "thérapies naturelles" ne leur sont pas accessibles financièrement : par exemple, tout le monde ne peut pas s'offrir une séance d'ostéopathie à 100 euros. Donc, au dispensaire, chacun participe librement, à hauteur de ses moyens, en conscience, sachant que nous avons aussi des frais de fonctionnement.



Oui merci André, parce que c'était une question que je voulais poser : comment est assurée la pérennité financière de l'endroit, quelles sont vos charges, vos recettes ?

Brigitte :

La mairie nous a aidés en nous mettant à disposition ce local, et en participant aux frais de rénovation, même si nous devons lui payer un loyer. Nous essayons aussi de défrayer au mieux les intervenants, même s'ils ont une démarche bénévole. Toutes nos recettes viennent uniquement des dons de soutien des personnes aux alentours, mais aussi bien sûr des adhésions, qui sont de 5 euros pour les patients, et de 10 euros par an pour tous les membres actifs de l'association. Il y a donc un principe d'égalité important dans l'esprit que l'on veut insuffler au projet. Nous sommes tous adhérents équitablement à l'association, et c'est très bien ainsi.

Mais 5 ou 10 euros par an, c'est très modeste !

Brigitte :

C'est vrai, mais les gens sont généreux et les dons sont assez importants. Surtout avec les ateliers, où les participants donnent souvent beaucoup en gratitude de ce qu'ils ont reçu comme connaissances nouvelles, et du beau moment qu'ils ont partagé. Par exemple il y a eu récemment un atelier de lactofermentation qui a très bien marché, et bientôt, Françoise va faire un atelier sur les plantes sauvages et comestibles. Les participants rentrent chez eux avec de quoi cuisiner. Je trouve cela génial de pouvoir ainsi se réapproprier ce qu'on trouve dans la nature. Cela procure beaucoup de joie.

Sandrine :

Pour revenir à la participation financière de chacun, celle-ci est libre et consciente, et là encore c'est pour nous une façon de rendre les personnes actrices de leur santé, mais aussi de participer au bon fonctionnement du dispensaire.

J'ai une question importante. Admettons que mon fils soit malade et ne puisse pas aller à l'école. Est-ce que c'est le genre d'endroit où aller pour l'ausculter, lui fournir un certificat médical, une ordonnance, des médicaments ?

Bernadette :

Alors non, absolument pas. On n'est pas un lieu de soin allopathique, officiel et institutionnel. On va pouvoir mettre éventuellement en relais avec les pompiers, le SAMU, ou les médecins disponibles par exemple s'il y a une grosse blessure ou bien une urgence. C'est bien sûr un crève-cœur, on aimerait tous qu'il y ait plus de pédiatres pour nos enfants, mais ce n'est pas le cas. D'où l'importance grandissante de reprendre en main les leviers que l'on a sur notre santé et sur celles de nos enfants, et porter une attention toute particulière à la prévention.



C'est donc très important de le préciser, ce n'est pas votre rôle même si on voit bien que les campagnes de France sont devenues au fil des années un véritable désert médical.

Vous avez un autre objectif très louable aussi, et l'un n'empêche pas l'autre.

Brigitte :

Il faut bien comprendre que nous ne sommes pas un cabinet médical, ni un cabinet de psychothérapie ou de psychiatrie avec les responsabilités qui vont avec. Nous ne sommes pas habilités à prendre en charge quiconque et nous n'avons pas la prétention de l'être. Le rôle du dispensaire est d'accueillir, écouter pour orienter vers des professionnels.

Christel :

Moi j'aimerais revenir sur le financement, et insister sur le fait qu'on a eu beaucoup de soutiens et de dons. On voit que les gens, même avant de venir profiter des soins ou ateliers proposés, ont été vraiment pris par le projet et ont contribué très généreusement. On a eu un artiste qui est venu nous offrir un concert gratuitement et nous a reversé tous les bénéfices. C'est vraiment émouvant de voir tout ce soutien, on sent qu'on répond à une véritable attente populaire.

Ça fait combien de temps que vous avez ouvert le dispensaire ?



— PHARE SUR LE DISPENSAIRE DES HAUTS-CANTONS —

Brigitte :

Nous avons signé le bail en janvier, et nous avons ouvert le 3 Mars 2023. Nous avons fait tout notre possible pour être opérationnel au plus tôt, malgré tous les travaux qu'il fallait effectuer.

Sandrine :

Oui, mais la structure du projet, les statuts juridiques, l'organisation globale sont pensés et préparés méticuleusement depuis près de 3 ans. Il y a eu beaucoup d'étapes à franchir avant de pouvoir finaliser et enfin ouvrir.



Et aujourd'hui vous avez combien de soignants et d'intervenants qui font partie de l'association ?

Bernadette :

Il y en a déjà une dizaine qui se sont engagés dans le projet et déjà actifs. Mais ce chiffre évolue en permanence, car il y a un système de cooptation. Ça va très vite et nous devons prendre un temps pour évaluer si l'apport de chacun est jugé, par les membres fondateurs, en harmonie avec l'esprit du projet.

Cet entretien a lieu juste un mois et demi après l'ouverture. Peut-on déjà tirer un premier bilan ou du moins des premiers enseignements de cette nouvelle expérience, ou est-ce encore trop tôt ?

Sandrine :

C'est encore très tôt. Nous sommes en train de construire l'identité du dispensaire, ainsi que la protection de l'éthique, et de la charte qui sont les plus importantes. Il y a beaucoup d'entrées, donc beaucoup d'accueil, et nous essayons de partager vraiment au mieux nos visions et expériences pour que tout soit le plus harmonieux possible. Vérifier en permanence qu'on est dans la même éthique, les uns et les autres, dans l'esprit et dans la pratique. Nous sommes encore en rodage, mais c'est très prometteur. Le calendrier est déjà très chargé, et nous avons tous les jours des gens qui viennent s'informer. Le bouche à oreille fonctionne aussi extrêmement bien !

Et concrètement, si une personne veut bénéficier d'un soin en particulier, comment ça se passe ? Elle vient à l'accueil, prend rendez-vous ? Comment ça s'organise ?

André :

Alors, déjà il faut adhérer, s'assurer qu'on est bien sur la même longueur d'onde, et puis essayer de trouver le thérapeute qui correspond au mieux à ce qu'attend la personne.

C'est l'intérêt d'avoir plusieurs thérapeutes aux approches différentes. Chacun est susceptible de trouver "chaussure à son pied", et même pourquoi pas expérimenter d'autres voies qu'on n'aurait pas imaginées en arrivant.



Bernadette :

Nous tenons vraiment à ce qu'il y ait une permanence sans rendez-vous, le vendredi matin de 9h30 à 13h, tenue par au moins deux accueillants, pour avoir justement un regard croisé, un équilibre, et un retour d'expérience.

Cet échange est primordial pour pouvoir comprendre la démarche et les besoins précis de la personne qui vient se présenter, mais aussi pour lui expliquer le rôle et l'éthique du dispensaire.

D'accord, et est-ce que c'est un modèle unique, un projet pilote, ou vous êtes-vous inspirés de lieux dans cet esprit qui existent déjà en France, ou à l'étranger ?

Bernadette :

On s'est inspiré de deux modèles qui existent déjà en France depuis plusieurs décennies, qui fonctionnent très bien et que Françoise est allée visiter. On a beaucoup échangé avec eux, ils nous ont partagé leur charte, et nous avons adapté notre propre fonctionnement à nos sensibilités. Nous avons "des grands frères et sœurs", mais avec notre propre identité et sensibilité.

D'ailleurs, il y a des précédents mais aussi de futurs suivants puisqu'on a déjà été contactés par des personnes très intéressées par le projet, et désireuses de reproduire le modèle dans leurs régions.

C'est quelque chose qui est dans l'air et qui va faire des émules.

Avez-vous un site internet ?

Sandrine :

Alors oui, il y a une première version qui servait d'appel aux dons et aux bénévoles, mais une autre version plus aboutie est en cours de construction et sera bientôt disponible. (ndlr : <https://dispensaire-hautscantons.fr/>) .

Et bien parfait ! Je pense qu'on a fait un joli tour d'horizon de ce projet qui personnellement me plaît énormément. Est-ce que quelqu'un voudrait ajouter un élément, une réponse à une question que je n'ai pas posée ? Qui se lance ?

André :

Il y a une fenêtre d'opportunité et je crois que c'est le bon moment. On a la chance de vivre aussi dans une vallée, où beaucoup de gens s'intéressent aux outils complémentaires à la santé, comme l'écologie, l'art, la culture, et cela a sans doute créé un terreau favorable à la naissance de ce projet.

Brigitte :

J'espère que beaucoup de personnes du village vont venir nous visiter et découvrir ce que nous faisons.

Christel :

Bien souvent les thérapeutes se sentent seuls, et eux aussi ressentent un immense bénéfice à venir ici. D'ailleurs, s'ils le font bénévolement, c'est que cela fait sens pour eux. Et c'était un des principaux motifs pour Françoise de vouloir ouvrir cet endroit. Elle a beaucoup d'empathie pour toutes les personnes dévouées à la santé des autres.

Sandrine :

La dimension qui me tient le plus à cœur, c'est cette aventure collective au service des uns et des autres, et même de notre Vivant dans son ensemble. C'est une expérience humaine extraordinaire.

Bernadette :

Je pense que ce que je retiendrais, c'est surtout le mot "lien", tout ce qui nous relie, et de ce qu'il va pouvoir en émerger. Et je pense que c'est comme un arbre, que ça ne pourra que grandir et s'épanouir parce que, justement, il y a ces racines communes, ce qui nous lie profondément les uns avec les autres.



— PHARE SUR LE DISPENSAIRE DES HAUTS-CANTONS —

Et bien, je souhaite longue vie au dispensaire, que nous suivrons, et, si vous êtes d'accord, dans quelques mois de refaire ici une rencontre pour un retour d'expérience, un premier bilan. En espérant que d'ici là, beaucoup auront été inspirés et motivés à lancer des projets un petit peu similaires. Mark Twain disait à juste titre qu'ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait. Et vous l'avez fait. Bravo à vous, et merci infiniment pour cet entretien très riche !

Notons que cette interview date d'avril 2023, et que depuis nous déplorons le décès d'André.



Propos recueillis par François.



DISPENSAIRE NATUREL DES HAUTS-CANTONS

ADRESSE : 28 Grand Rue
St Etienne d'Albagnan

TEL. : 04 34 02 08 10

eMAIL : accueil@dispensaire-hautscantons.fr

SiTE : <https://dispensaire-hautscantons.fr/>

NOUS SOMMES ...

"Un dispensaire d'éducation
à la Santé et de Soins Naturels
des Hauts-Cantons de l'Hérault"



POUR NOUS SOUTENIR



<https://www.helloasso.com/associations/les-enfants-phare/formulaires/1>

♥ merci ♥

POUR NOUS SUIVRE

