

Quelques mots à l'intention de l'agent de santé communautaire

1 Qui est agent de santé dans le village ?

L'agent de santé du village est une personne qui aide sa famille et ses voisins à acquérir une santé meilleure. Il (elle) est souvent choisi(e) par les autres habitants du village à cause de ses capacités spécifiques et de son amabilité connue.

Certains agents de santé communautaire sont formés et reçoivent une aide de la part d'un organisme officiel, tel que le Ministère de la santé publique. D'autres n'ont aucune position officielle. Ils sont de simples membres de la communauté, respectés par les autres pour leurs compétences dans le domaine de la santé. Souvent, ils se forment eux-mêmes en apprenant par l'observation, la pratique et l'étude personnelle.

Au sens plus large du terme, **chaque personne qui prend une part active dans l'effort de transformer le village en un endroit plus sain est agent sanitaire du village.**

Cela implique que presque n'importe quel membre de la communauté peut et doit être agent de santé :

- les parents qui apprennent à leurs enfants à être propres ;
- les paysans qui se groupent en coopératives pour augmenter la production de produits alimentaires ;
- les enseignants qui montrent à leurs élèves comment prévenir et traiter les maladies et les blessures ordinaires ;
- les enfants qui partagent avec leurs parents ce qu'ils ont appris à l'école ;
- les commerçants qui conseillent leurs clients à propos de l'administration correcte des médicaments qu'ils vendent et qui donnent de judicieux conseils et avertissements aux acheteurs (voir page 338) ;
- les sages-femmes qui attirent l'attention des parents sur l'alimentation durant la grossesse.

Ce guide est destiné à tout agent de santé, c'est-à-dire, à quiconque veut s'engager dans l'effort commun pour améliorer sa propre santé et celle de sa famille et de sa communauté.

Si vous êtes agent de santé dans votre communauté, ou infirmier auxiliaire ou même docteur, souvenez-vous que ce livre n'a pas été écrit pour vous seul. **Il est destiné à tous.** Partagez-le !

Employez ce livre pour répandre votre savoir parmi les autres !

Peut-être pouvez-vous organiser des petits groupes pour lire et discuter ce livre, chapitre par chapitre.



L'agent de santé du village vit et travaille au niveau des gens. Son premier souci est de partager son savoir.

À l'agent de santé,

Ce livre parle des **besoins sanitaires** de votre entourage. Mais, pour les aider à faire de leur village un endroit plus sain, vous devez aussi connaître leurs **besoins humains**. La compréhension et le souci de bien faire sont aussi importants que l'expérience médicale et sanitaire.

Voici quelques suggestions qui peuvent vous aider à mieux servir dans le domaine des besoins sanitaires et humains :



1.1 1. Soyez gentil.

Un mot amical, un sourire, la main posée sur une épaule ou tout autre signe de fraternité fait souvent plus que n'importe quel autre moyen. **Traitez les autres comme des égaux.**

Ayez du cœur.

Les gentilleses aident souvent plus que les médicaments.

N'hésitez jamais à montrer que vous éprouvez de la compassion pour quelqu'un.

Même quand vous êtes pressé ou préoccupé, essayez de vous souvenir des sentiments et des besoins des autres. Il est souvent utile de se poser la question : "Que ferais-je s'il s'agissait d'un membre de ma propre famille ?"

Traitez les malades comme des gens ordinaires. Soyez particulièrement aimable avec les personnes gravement malades ou mourantes. Soyez également gentil envers leurs familles. Montrez-leur votre compassion.

1.2 2. Partagez votre savoir.

Comme agent de santé, votre première tâche est d'enseigner en aidant à éviter des maladies, à mieux reconnaître et guérir les maladies et à employer d'une façon raisonnable les traitements traditionnels et les médicaments modernes. Rien de ce que vous savez n'est dangereux pour quiconque, à condition que tout soit bien expliqué.



Trouvez des moyens pour partager votre savoir.

1.3 3. Respectez les idées et les traditions de votre peuple.

Ce n'est pas parce qu'on a étudié certains aspects de la médecine moderne qu'on a le droit de négliger les coutumes et les méthodes de guérison traditionnelles du peuple. L'approche

humaine se perd trop souvent lorsque la science médicale se développe. Et cela est bien dommage, car...

La combinaison de ce qu'il y a de bon dans la médecine moderne et dans la médecine traditionnelle est plus efficace que l'emploi séparé d'une des deux méthodes.

Vous contribuez ainsi à l'enrichissement de la culture de votre peuple au lieu de l'appauvrir. Évidemment, si vous vous rendez compte du danger causé par certaines coutumes locales (par exemple, l'habitude de mettre de la terre sur le cordon ombilical coupé des nouveau-nés), vous serez prêt à les changer. Mais soyez prudent et plein de respect pour ceux qui croient en ces méthodes. Ne vous contentez jamais de dire aux gens qu'ils commettent des erreurs. Aidez-les à comprendre **pourquoi** il vaudrait mieux agir d'une autre façon.

Les gens sont lents à changer leurs attitudes et traditions, et en bonnes raisons. Ils restent fidèles à ce qu'ils ressentent comme étant la vérité.

La médecine moderne n'offre pas de solutions à tous les problèmes non plus. Elle en a résolu quelques-uns, mais elle en a créé d'autres, parfois plus grands. Les gens finissent facilement par être dépendants de la médecine moderne et de ses experts, en prenant trop de médicaments et en oubliant comment s'aider eux-mêmes.

Or procédez petit à petit—et maintenez toujours un profond respect des gens, leurs traditions, et leur dignité humaine. Aidez-les à développer les connaissances et les capacités qu'ils ont déjà.



Collaborez avec les guérisseurs traditionnels et les sages-femmes, au lieu de vous y opposer.

Apprenez d'eux et incitez-les à apprendre de vous.

1.4 4. Sachez quelles sont vos limites.

Peu importe si vos capacités sont grandes ou limitées, vous pourrez faire un excellent travail dans la mesure où vous êtes conscient de vos limites. **Faites ce que vous pouvez faire.**

N'expérimentez pas des choses que vous ne connaissez pas ou pour lesquelles vous n'avez pas l'expérience nécessaire, surtout si cela vous oblige à prendre des risques importants.

La décision d'intervenir vous-même ou non dépendra souvent de la distance à parcourir pour trouver une aide appropriée.

Par exemple, une mère vient d'accoucher et elle saigne plus que vous ne le jugez normal. Si vous vous trouvez à moins d'une demi-heure d'un centre médical, il serait prudent de l'y conduire d'urgence. Mais si la distance est plus grande et qu'elle perd beaucoup de sang, vous pourriez décider de lui masser la matrice ou de lui injecter un ocytocique, même si vous ne l'avez jamais appris.

Ne prenez pas de risques inutiles. Mais lorsqu'il est évident que le danger sera plus grand si vous n'intervenez pas, il ne faut pas avoir peur d'essayer quelque chose dont vous pouvez raisonnablement attendre un résultat positif.

Sachez quelles sont vos limites, mais n'hésitez pas à employer votre tête. Faites toujours de votre mieux pour protéger le malade plutôt que vous-même.



Employez en tout cas votre bon sens.



Ne cessez jamais d'étudier. N'acceptez jamais que quelqu'un vous dise qu'il y a des choses que vous ne devez pas savoir

rien de neuf à enseigner aux autres.

1.6 6. Mettez en pratique ce que vous enseignez.

Les gens sont plus attentifs à ce que vous faites qu'à ce que vous dites. En tant qu'agent de santé, veillez personnellement à votre vie et à vos habitudes personnelles. Soyez un exemple pour vos voisins.

Vous ne réussirez pas à convaincre les gens d'utiliser des latrines si votre propre famille n'en a pas elle-même.



Mettez en pratique ce que vous enseignez ou personne ne vous écouterá.

1.5 5. Ne cessez jamais d'étudier.

Profitez de chaque occasion pour apprendre davantage.

Étudiez tous les livres et toute information disponible, qui peut vous permettre de vous perfectionner en tant que travailleur, éducateur et individu.

Soyez toujours prêt à interroger les docteurs, les fonctionnaires de la santé publique, les experts d'agriculture et quiconque peut vous apprendre quelque chose.

Ne manquez jamais la chance de recevoir une formation complémentaire.

Votre mission principale est d'enseigner, mais si vous n'étudiez pas continuellement, le moment arrivera où vous n'aurez plus

Un bon éducateur ne donne pas des ordres, il donne l'exemple.

De même, si vous organisez un travail collectif, soyez certain de travailler et de transpirer autant que n'importe qui d'autre.

1.7 7. Trouvez du plaisir dans votre travail

Si vous voulez que les gens participent à l'effort pour améliorer leurs conditions de vie et leur santé, il faut que l'on puisse voir que vous y trouvez du plaisir vous-même. Sinon, qui risquerait de suivre votre exemple ?

Essayez de rendre amusante la participation aux projets de travail communautaire. Clôturer le puits commun pour empêcher l'accès des animaux peut être un labeur très dur. Par contre, si le village entier apporte son aide dans une sorte de "festival du travail," peut-être avec des rafraîchissements et de la musique, le travail sera vite fait et tout le monde sera satisfait. Même les enfants sont prêts à participer à un travail très dur, pourvu qu'ils puissent le faire en jouant.

Peut-être êtes-vous payé pour le travail que vous faites, peut-être ne l'êtes-vous pas. Ne soyez jamais moins consciencieux envers ceux qui n'ont pas les moyens de payer vos services.

Vous gagnerez ainsi l'estime et le respect des gens, ce qui vaut beaucoup plus que de l'argent.

1.8 8. Prévoyez et aidez les autres à prévoir

L'agent de santé responsable n'attend pas que les gens deviennent malades. Il essaie de prévenir les maladies en encourageant les gens à agir **au moment** même pour sauvegarder leur santé et leur bien-être dans le futur.

Beaucoup de maladies sont faciles à prévenir. C'est votre tâche d'aider les gens à comprendre les causes de leurs problèmes de santé et à réagir en conséquence.

La plupart des maladies ont plusieurs causes, liées. En vue d'une guérison durable, il faut analyser les problèmes et traiter les **causes fondamentales**. Allez aux racines du mal.

Dans de nombreux villages, par exemple, la cause la plus courante de la mortalité infantile est la diarrhée. La diarrhée se répand facilement là où la propreté est insuffisante (manque d'installations et d'hygiène). Vous pouvez améliorer la situation en creusant des latrines et en enseignant les principes de base de l'hygiène.

Mais les enfants qui en souffrent le plus et en sont les victimes sont ceux qui sont sous-alimentés. Leur corps n'a pas de résistance suffisante pour combattre l'infection. Pour vaincre la diarrhée, il faut alors agir en faveur d'une nutrition meilleure.

Pourquoi tant d'enfants sont-ils sous-alimentés ?

- parce que les mères ne réalisent pas quel type de nourriture
- est le plus important (par exemple l'allaitement) ?
- parce que la famille ne possède pas assez d'argent ou de terre
- pour produire la quantité nécessaire d'aliments ?

- parce qu'un petit nombre de riches s'approprient les terres et les revenus des autres ?
- parce que les pauvres ne font pas un usage optimal des terres qu'ils possèdent ?
- parce que les parents ont plus d'enfants qu'ils ne doivent,
- s'ils veulent les soigner et les nourrir convenablement ?
- parce que les chefs de famille sont désespérés et "boivent" le
- peu d'argent qu'ils ont ?
- parce que les gens ne sont pas habitués à prévoir, parce qu'ils ne se rendent pas compte qu'en coopérant et en partageant leur sort, ils pourront réussir à changer leurs conditions de vie ?

Vous découvrirez que plusieurs des causes mentionnées, sinon toutes, sont à la base de la mortalité infantile dans votre région.

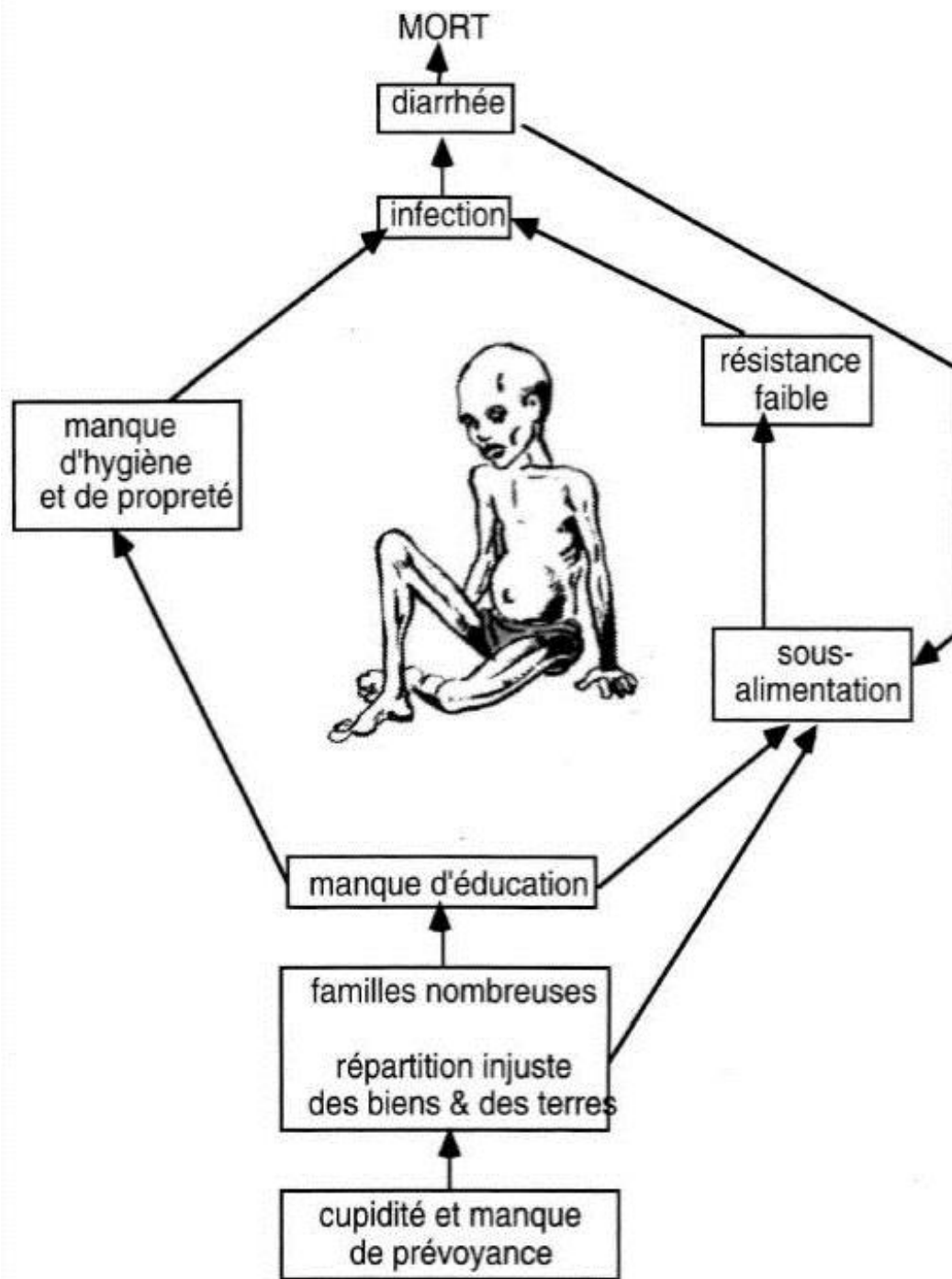


Aidez les autres à prévoir

Et vous êtes sûr d'en trouver d'autres. Comme agent de santé, il est de votre devoir d'aider les gens à analyser leur situation et à la changer autant que possible.

Mais souvenez-vous : pour mener la lutte contre la mort des enfants causée par la diarrhée, il vous faut beaucoup plus que des latrines, de l'eau potable et des boissons de réhydratation (SRO). Peut-être découvrirez-vous que le planning familial, l'amélioration des méthodes d'agriculture et une répartition plus juste des biens et du pouvoir, sont plus importants à long terme.

Le manque de prévoyance et la cupidité sont à la base de la plupart des malheurs et des maladies humaines. Si votre intérêt est le bien-être des gens qui vous entourent, apprenez-leurs à partager, à coopérer et à prévoir.



Chaine de causes de mort par diarrhée

2 Plusieurs facteurs influencent les soins de santé

Nous avons examiné quelques-unes des causes sous-jacentes du problème de la diarrhée et de la nutrition insuffisante. De même, vous pourrez constater que la production des aliments, la distribution des terres et la manière selon laquelle les gens se comportent les uns envers les autres sont à l'origine de beaucoup de problèmes de santé très différents.

Si c'est le bien-être général et durable de la communauté entière qui est votre souci, vous devez l'aider à trouver des réponses à ce type de question très vaste.

La santé ne se réduit pas à un état d'absence de maladies. Il s'agit d'un bien-être physique, spirituel et social. Les gens se sentent mieux dans un milieu agréable, un endroit où règnent la confiance et la coopération mutuelle pour résoudre les problèmes, où les voisins s'entraident pour se développer et pour vivre à us si pleinement que possible.

Engagez-vous dans la résolution des problèmes de tous les jours, mais n'oubliez jamais que votre première tâche est de contribuer au développement d'une communauté plus saine et plus humaine.

En tant qu'agent de santé, vous avez une grande responsabilité. Par où faut-il commencer ?

3 Observez votre communauté

Parce que vous avez grandi dans votre communauté et que vous la connaissez de près, vous êtes familiarisé avec pas mal de problèmes de santé. Vous connaissez la situation de l'intérieur. Mais pour avoir une vue plus complète, il faut observer votre communauté de différents points de vue.

Comme agent de santé dans le village, vous êtes concerné par le bien-être de tous, et pas seulement de ceux que vous connaissez bien ou de ceux qui viennent chez vous. Allez vers les gens.

Visitez leurs maisons, leurs champs, leurs lieux de rencontre, leurs écoles. Partagez leurs loisirs et leurs préoccupations. Examinez avec eux leurs habitudes, les choses de la vie de tous les jours qui contribuent à la santé ou, au contraire, apportent des maladies et infirmités.

Avant d'entreprendre une quelconque activité dans votre communauté, songez à ce qui est nécessaire et comment le projet va fonctionner. Considérez en tous cas les éléments suivants :

1. **Besoins ressentis** : ce que les gens considèrent comme leurs plus grands problèmes.
2. **Besoins réels** : les étapes à suivre pour trouver une solution durable.
3. **Motivation** : la disposition des gens à organiser et à suivre les étapes nécessaires.
4. **Moyens** : les personnes, les compétences, les matériaux, et l'argent nécessaires pour réaliser les décisions prises.

Un exemple simple pour illustrer l'importance de ces quatre éléments. Supposons qu'un grand fumeur vienne se plaindre chez vous d'une toux qui ne s'améliore pas.



1. Le **besoin ressenti** est de se débarrasser de cette toux.



2. Le **besoin réel** (pour résoudre le problème) est de ne plus fumer.



3. Pour se débarrasser de la toux, il lui faudra la volonté de s'arrêter de fumer. Il doit réaliser l'importance de cette décision.



4. Un des **moyens** qui peuvent l'aider est l'information sur les dangers pour lui-même et sa famille causés par la fumée. L'encouragement et le soutien de la part de sa famille et de ses amis, de vous-même, peuvent constituer des moyens efficaces.

3.1 Recherche des besoins

Travaillant dans le secteur de la santé, vous vous préoccuperez en premier lieu des problèmes de santé les plus importants et des soucis majeurs de la population. En dressant une liste de questions, vous pourrez rassembler les informations nécessaires et voir quels sont en réalité les besoins et les problèmes les plus importants.

Les pages qui suivent donnent quelques exemples de questions que vous pouvez poser. Mais réfléchissez aux questions qui sont importantes **dans votre région**. Posez des questions qui non seulement vous informent, mais qui permettent également aux autres de se poser eux-mêmes des questions.

Votre liste de questions ne doit être ni trop longue ni trop compliquée – surtout si vous l’emportez de maison en maison... Souvenez-vous que **les gens ne sont pas des numéros** et n’aiment pas être considérés comme tels. Lorsque vous menez une enquête, soyez toujours attentif, en premier lieu, aux désirs et aux sentiments des individus. Il serait même préférable de ne pas emporter de questionnaire. Mais en connaissant les besoins de votre communauté, vous devriez avoir à l’esprit certaines questions essentielles.

3.2 Questionnaire-type

Destiné à déterminer les besoins de la communauté en matière de santé et, par la même occasion, à faire réfléchir les gens.

Besoins ressentis

Qu’est-ce qui, dans la vie quotidienne, est ressenti comme facteur de santé (conditions de vie, façons de travailler, croyances, etc.) ?

Quels sont, d’après les gens, les problèmes, préoccupations et besoins principaux – non seulement en rapport avec la santé, mais en général ?

Logement et conditions sanitaires

De quels matériaux les maisons sont-elles faites ? Les murs ? Le sol ? Les maisons sont-elles propres ? Cuisine-t-on à terre, sinon où ? Comment la fumée sort-elle ? Sur quoi dorment les gens ? Sur quoi sert-on les repas ?

Y a-t-il un problème de mouches, de puces, de punaises, de rats ou d’autres fléaux ? De quelle façon ? Comment les gens les combattent-ils ? Que pourrait-on faire d’autre ?

La nourriture est-elle à l’abri ? Comment pourrait-on la protéger davantage ?

Quels sont les animaux admis dans la maison (chiens, poulets, porcs, etc.) ? Quels problèmes causent-ils ?

Quelles sont les maladies habituelles des animaux ? Comment affectent-elles la santé des gens ? Que fait-on pour les combattre ? Ou puise-t-on l’eau ? L’eau est-elle potable ? Quelles sont les précautions prises ?

Combien de famille ont des latrines ? Combien les utilisent correctement ?

Le village est-il propre ? Où déverse-t-on les ordures ? Pourquoi ?

Population

Combien de personnes vivent dans la communauté ? Combien ont moins de 15 ans ?

Combien savent lire et écrire ? Combien sont scolarisés ? Enseigne-t-on aux enfants ce qu'ils doivent savoir ? De quelle autre façon les enfants apprennent-ils ?

Combien y a-t-il eu de naissance cette année ? Combien de décès ?

La cause des décès ? L'âge ? Ces décès pouvaient-ils être évités ? Comment ?

La population augmente-t-elle ou diminue-t-elle ?

Cela cause-t-il un quelconque problème ?

Combien de fois chaque personne a-t-elle été malade l'année dernière ? Combien de jours a duré chaque maladie ? Quelles maladies ou blessures chacun a-t-il eues ? Pourquoi ?

Combien de personnes ont des maladies chroniques ? Lesquelles ? Combien d'enfants ont la plupart des femmes ? Combien d'enfants sont morts ? De quoi ? À quel âge ? Quelles étaient les causes ?

Combien de parents sont intéressés par le fait de ne plus avoir d'enfants : ou de ne plus en avoir si souvent ? Pour quelles raisons ?



Alimentation

Combien de mères allaitent leurs bébés ? Pendant combien de temps ? Est-ce que ces bébés sont en meilleure santé que ceux qui n'ont pas été allaités ? Pourquoi ?

Quels sont les aliments de base ? D'où viennent-ils ?

Les gens font-ils bon usage de tous les aliments disponibles ?

Combien d'enfants sont en-dessous du poids moyen (voir p. [999](#)) ou montrent des signes de carences alimentaires ? Quelle connaissance des besoins alimentaires ont les parents et les enfants d'âge scolaire ?

Combien de personnes fument ?

Combien boivent régulièrement de l'alcool ou des sucreries ? Quelle conséquence cela a-t-il sur leur santé et celle de leur famille (voir p. [999](#)) ?

Terre et nourriture

La terre produit-elle assez de nourriture pour chaque famille ? Combien de temps continuera-t-elle à produire assez si les familles continuent à croître ?



Comment la terre arable est-elle distribuée ? Combien de personnes possèdent leur terre ?

Quels efforts fait-on pour que la terre produise plus ? Comment conserve-t-on les récoltes et la nourriture ? Y a-t-il beaucoup de perte ? Pourquoi ?

Guérison, santé

Quel rôle les accoucheuses locales et les guérisseurs jouent-ils dans le domaine de la santé ?

Qu'utilise-t-on comme moyens traditionnels de guérison et comme médicament ? Lesquels sont les plus valables ? Certains sont-ils nuisibles ou dangereux ?

Qu'y a-t-il comme services de santé à proximité ? Sont-ils bons ? Que coûtent-ils ? Les utilise-t-on ?

Combien d'enfants ont été vaccinés ? Contre quelles maladies ?

Quelles autres mesures préventives sont prises ? Quelles autres pourraient être prises ?

Auto-assistance

Quels sont les éléments les plus importants qui conditionnent la santé et le bien-être des gens, maintenant et dans le futur ?



Parmi les problèmes de santé courants, desquels les gens peuvent-ils s'occuper eux-mêmes ? Pour combien doivent-ils compter sur une aide extérieure ?

Cela intéresse-t-il les gens de trouver des moyens de se soigner eux-mêmes de façon plus sûre, plus efficace et plus complète ? Pourquoi ? Comment peuvent-ils apprendre davantage ? Quels sont les obstacles ?

Quels sont les droits des riches ? Des pauvres ? Des hommes ? Des femmes ? Des enfants ? Comment chacun de ces groupes est-il traité ? Pourquoi ? Est-ce normal ? Que faudra-t-il changer ? Qui devrait le faire ? Comment ?

Les gens travaillent-ils ensemble à étudier les besoins communs ? Est-ce qu'ils s'entraident dans les grands besoins ?

Comment peut-on faire du village un endroit où il fait meilleur vivre ? Par où pourriez-vous commencer, les habitants et vous ?

4 Utilisation des ressources locales pour répondre aux besoins

La façon dont vous traitez un problème dépendra des ressources disponibles.

Certaines activités nécessitent des ressources extérieures (matériel, argent, personnes venant d'ailleurs). Une campagne de vaccination, par exemple, n'est possible que s'il y a des vaccins – en provenance souvent d'un autre pays.

D'autres activités peuvent être entièrement réalisées à l'aide des ressources locales. Une famille ou un groupe de voisins peuvent clôturer une réserve d'eau ou construire des latrines simples à l'aide de matériaux à leur disposition.

Certaines ressources extérieures, telles que les vaccins et quelques médicaments importants, peuvent provoquer de grands changements dans le domaine de la santé. Vous devez faire votre possible pour les obtenir.

Utiliser de préférence les ressources locales chaque fois que c'est possible.

Plus vous pourrez faire par vous-même et moins vous devrez dépendre d'aide et de fourniture extérieures, plus votre communauté sera forte et en bonne santé.

Encouragez les gens à utiliser au maximum les ressources locales.



Le lait maternel – Une ressource locale de première qualité – Meilleur que n'importe quel produit commercial.

Vous pouvez non seulement compter sur la disponibilité des ressources locales au moment où vous en avez besoin, mais en outre, elles font souvent le meilleur travail aux moindres frais. Si vous pouvez, par exemple, encourager les mères à nourrir leurs bébés au sein plutôt qu'au biberon, cela suscitera chez elles une confiance en soi grâce à une ressource locale de première qualité – le lait maternel ! Cela évitera aussi des maladies inutiles et la mort de pas mal de bébés.

Dans votre travail en faveur de la santé, retenez bien :

La ressource la plus précieuse pour la santé des gens, ce sont les gens eux-mêmes.

5 Comment décider de ce qu'il y a à faire et par où commencer

Après avoir examiné soigneusement les besoins et les ressources, vous devez décider avec les gens des choses les plus importantes à faire en premier lieu. Vous pouvez faire beaucoup de choses pour aider les gens à être en bonne santé. Certaines sont importantes à court terme. D'autres permettront de déterminer le bien-être futur des individus ou de la communauté entière.

Dans nombre de villages, la pauvreté de l'alimentation entraîne des conséquences importantes dans le domaine de la santé. **Les gens ne peuvent pas être en bonne santé s'ils ne mangent pas assez.** Quels que soient les autres problèmes que vous décidez de traiter, si les gens ont faim ou si la nourriture des enfants est pauvre, une meilleure alimentation doit être votre premier souci.

Il y a de nombreuses façons d'approcher le problème d'une alimentation pauvre, étant donné qu'elle est causée par de nombreux motifs qui se rejoignent. Avec votre communauté, vous devez considérer quelles actions vous pourriez entreprendre et décider de celles qui peuvent être entreprises.

Voici quelques exemples montrant comment certains ont contribué à améliorer leur alimentation. Certaines actions entraînent des résultats rapides. D'autres portent à plus long terme. Avec les gens, vous devez décider de ce qui convient le mieux pour votre région.

5.1 Diverses façons d'améliorer l'alimentation

Le jardin familial



Les terrasses pour éviter que le sol ne s'affaisse par l'érosion



La rotation des cultures

Une saison sur deux, cultivez quelque chose qui renouerait le sol – comme haricots, pois, lentilles, lucerne, arachides ou autre plante à semence dans des gousses (légumes).



Une année, du maïs



L'année suivante, des haricots

5.2 D'autres moyens pour assurer une nutrition meilleure

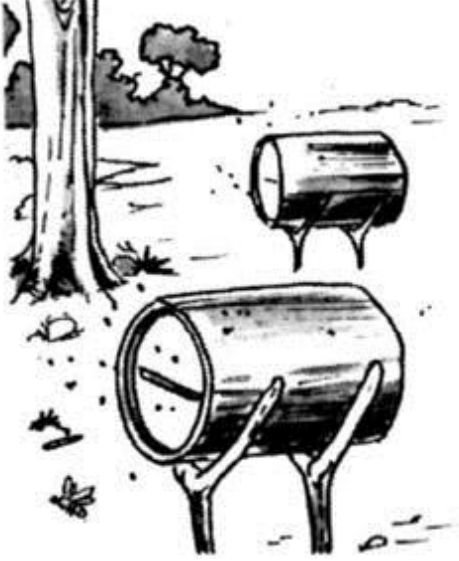
L'irrigation du terrain



La pisciculture



L'apiculture



Compost



Des engrais naturels



La conservation améliorée des produits agricoles



Protection métallique contre les rats

Le Planning Familial



pour avoir une famille moins nombreuse et en meilleure condition

Expérimenter avec des idées nouvelles

Les suggestions faites dans les pages précédentes ne sont pas toutes appropriées à votre région. Quelques-unes seront applicables, à condition qu'elles soient modifiées en vue de votre situation spécifique et des ressources disponibles. Souvent, le seul moyen pour savoir si une méthode est valable, est de l'essayer soi-même par la voie de l'expérimentation.

Lorsque vous expérimentez une idée nouvelle, limitez-vous toujours. Si vous avez commencé modestement et que l'expérience ne réussit pas, vous ne perdrez pas trop. Si elle réussit, les gens verront les possibilités et pourront continuer l'application à une échelle plus vaste.

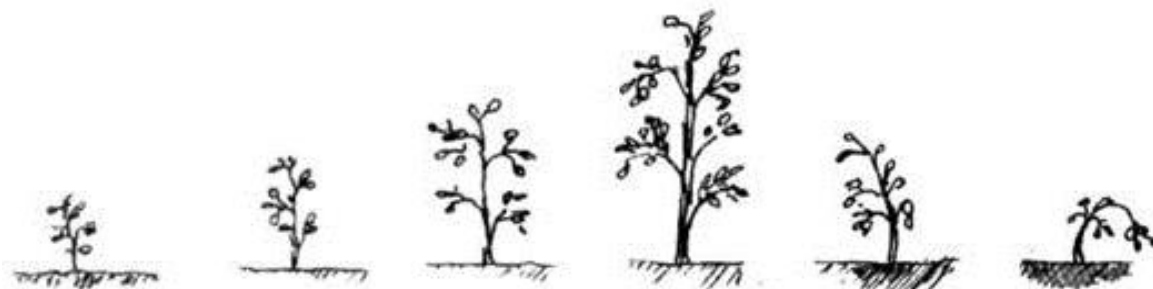
Ne vous laissez pas décourager par un échec. Peut-être cela vaut-il la peine de recommencer avec quelques modifications. En tout cas, vous apprenez aussi bien de vos échecs que de vos succès.

Voici l'exemple d'une expérience avec une idée nouvelle. On vous a dit que certaines espèces d'haricots, comme le soja, sont des produits nutritifs excellents. Mais pousse-t-il dans votre région ? Et s'il pousse, les gens le mangeront-ils ? Commencez par cultiver un carré, ou 2 ou 3 petits lopins sous différentes conditions de terre et d'eau. Si les haricots poussent bien, plantez en plus sous les conditions qui étaient les plus-favorables lors de la expérimentation. Mais ne cessez pas d'expérimenter avec d'autres conditions sur plusieurs petits lopins. Peut-être aurez-vous une récolte encore meilleure.

Il y aura probablement toute une série de conditions que vous voudriez modifier, par exemple le type de terre, l'addition d'engrais, le taux d'eau, la variété de semence. Il importe de ne changer qu'une condition à la fois sans varier les autres, de sorte que vous pourrez identifier les mesures positives.

Pour contrôler si le fumier joue un rôle dans la croissance du soja et pour vérifier la quantité d'eau qu'il faut employer, vous cultivez avec la même semence une série de petits carrés sous

des conditions identiques de lumière et d'eau. Avant de planter, vous ajoutez à chaque lopin une quantité différente de fumier, de la manière suivante :



pas de fumier 1 pelletée de fumier 2 pelletées de fumier 3 pelletées de fumier 4 pelletées de fumier 5 pelletées de fumier

Cette expérience a prouvé que l'addition d'une quantité spécifique de fumier a des résultats spécifiques et que trop de fumier peut avoir des effets vraiment défavorables. Ce n'est qu'un exemple. Vos propres expériences peuvent parfaitement donner un résultat contraire. Essayez vous-même !

Équilibre entre la population et la terre

Travaillant dans le domaine de la santé, vous devriez faire tout ce qui est en votre pouvoir pour protéger la vie et la santé des enfants. Si, grâce à vos efforts, moins d'enfants meurent, considérez aussi les répercussions que cela entraîne sur le bien-être futur de votre communauté et sur les enfants à venir. Moins de décès signifie une population plus importante. Et, avec le temps, cela peut entraîner la faim car la terre ne peut nourrir qu'un nombre donné de personnes.

Un nombre croissant d'habitants dans votre village peut être à même d'écarter la faim pendant un certain temps par un meilleur usage de la terre qui produira plus de nourriture. Mais si les parents continuent à avoir de grandes familles et que leurs enfants à leur tour ont de grandes familles, l'époque viendra où il n'y aura plus assez de terre ou de nourriture pour tout le monde.

Il serait déplorable que la prévention de la mortalité infantile à un certain moment signifie la mort de ces enfants un peu plus tard. C'est ce qui peut arriver si les parents continuent à avoir des familles nombreuses. Et c'est ce qui se passe déjà en beaucoup d'endroits sur la terre.

Il se peut qu'une de vos tâches primordiales soit d'amener les gens à réaliser combien il est important de limiter la grandeur de leur famille. Ceci est particulièrement urgent si beaucoup de personnes déjà n'ont pas suffisamment de terre pour nourrir leur famille convenablement.

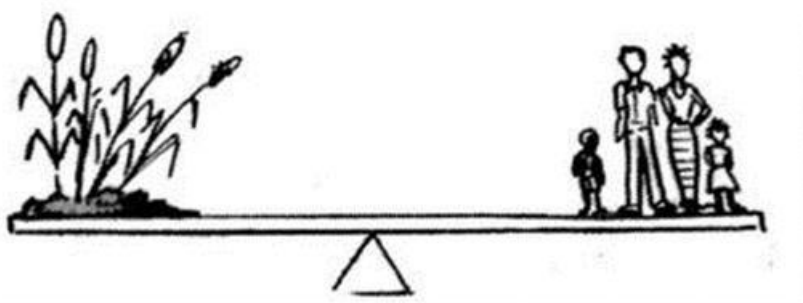
Un chapitre vous informe sur les différentes méthodes de planning familial. Essayez de trouver lesquelles sont applicables dans votre région et lesquelles les gens préfèrent. Travaillez à informer et à renseigner les parents et les accoucheuses.

Les gens viendront souvent vous trouver pour des problèmes de santé dus à une famille trop nombreuse. Lorsque vous voyez une mère qui a eu ses enfants l'un après l'autre, qui est très

fatiguée, anémique ou manque de lait pour son bébé, ou lorsque vous en voyez un qui est mal nourri et visiblement en surnombre dans une famille très pauvre, parlez aux parents du contrôle des naissances. Souvent la mère ne désire plus d'autres enfants, mais elle n'en dit rien tant que vous ne lui en parlez pas.

Le contrôle des naissances peut être l'une des mesures préventives les plus importantes que vous ayez pour aider les gens. À moins que les gens n'apprennent à avoir des familles moins nombreuses, toute autre mesure préventive signifie que, dans un proche avenir, il en mourra plus.

Si vous aidez les gens à prévenir la mortalité infantile, vous devez aussi les aider à ne pas avoir plus d'enfants qu'ils ne peuvent en vêtir, éduquer et nourrir.



Une quantité limitée de terre ne peut supporter qu'un nombre limité de personnes.

Travail en vue d'un équilibre entre la prévention et le traitement

L'équilibre entre le traitement et la prévention revient souvent à l'équilibre entre les besoins immédiats et les besoins à long terme. Dans une optique d'une santé meilleure, vous devez aller vers les gens, travailler avec eux et les aider à trouver les réponses aux besoins qui se font le plus sentir. Souvent les gens s'intéressent en premier lieu à la façon de soulager la maladie et la souffrance. C'est pourquoi un de vos premiers soucis doit être de **les aider à se guérir**.

Mais voyez plus loin. Tout en vous préoccupant de leurs besoins immédiats, aidez aussi les gens à envisager l'avenir. Aidez-les à réaliser que beaucoup de maladies et de souffrances peuvent être évitées et qu'ils peuvent agir eux-mêmes de façon préventive.

Mais soyez prudent : Ceux qui travaillent à promouvoir la santé, vont parfois trop loin. Dans leur ardeur à prévenir les maladies futures, il leur arrive de porter trop peu d'intérêt aux maladies et souffrances existantes. Par un manque de réponse aux besoins actuels des gens, ils peuvent en arriver à perdre leur collaboration. Et par ce fait même, ils ne réussissent pas à effectuer une grande partie de leur travail préventif.

Le traitement et la prévention vont de pair. Un travail précoce empêche très souvent qu'une maladie bénigne ne devienne grave. Si vous aidez les gens à reconnaître leurs problèmes de santé les plus courants et à les traiter au début, chez eux, vous pourrez éviter beaucoup de souffrances inutiles.

Le traitement précoce est une forme de médecine préventive.

Si vous souhaitez leur collaboration, **partez d'où sont les gens**. Travaillez en vue d'un équilibre, acceptable pour eux, entre la prévention et le traitement. Cet équilibre sera largement déterminé par les attitudes actuelles des gens face à la maladie, à la guérison et à la santé. Au fur et à mesure que vous les aidez à voir plus loin, que leurs attitudes changent et qu'ils contrôlent davantage leurs maladies, vous allez remarquer que la balance penche naturellement en faveur de la prévention.

Vous ne pouvez pas dire à une mère dont l'enfant est malade qu'il est plus important de prévenir que de guérir, du moins si vous voulez qu'elle vous écoute. Mais tout en l'aidant à soigner l'enfant, vous pouvez lui dire que la prévention est également importante.

Ayez pour objectif la prévention, n'y forcez pas les gens.

Profitez du traitement pour enseigner la prévention. Le moment où les gens viennent en traitement est un des meilleurs pour leur parler de prévention. Par exemple, si une mère amène son enfant qui a des vers, expliquez-lui soigneusement comment soigner l'enfant. Mais prenez aussi le temps d'expliquer à la mère et à l'enfant comment les vers se répandent et les différentes choses qu'on peut faire pour empêcher que cela n'arrive (voir chapitre 12). Visitez leur maison de temps en temps, non pour les prendre en défaut, mais pour amener la famille à se soigner elle-même de façon plus efficace.

Faites du traitement une occasion d'enseigner la prévention

6 Usage sensé et limité des médicaments

Une des parties les plus difficiles et les plus importantes des soins préventifs est d'amener les gens à l'utilisation sensée et limitée des médicaments. Quelques médicaments modernes sont très importants et peuvent sauver des vies. **Mais pour la plupart des maladies, aucun des médicaments n'est indispensable.** Généralement le corps lui-même peut lutter contre la maladie grâce au repos, à la bonne nourriture et peut-être à quelques remèdes simples.

Il se peut que les gens viennent vous demander des médicaments alors qu'ils n'en ont pas besoin. Vous pouvez être tenté de leur en donner uniquement pour leur plaire. Mais si vous le faites, une fois rétablis, ils penseront que c'est vous et le médicament qui les avez guéris. En réalité, c'est leur corps qui se sera guéri lui-même.

Au lieu d'apprendre aux gens à dépendre de médicaments dont ils n'ont pas besoin, prenez le temps de leur expliquer **pourquoi** ils ne doivent pas les utiliser. Dites aussi à la personne **ce qu'elle peut faire pour surmonter elle-même sa maladie.**

De cette façon, vous aidez la personne à avoir confiance en une ressource locale (elle-même) plutôt que dans une ressource extérieure (le médicament). Vous protégez aussi la personne car **il n'y a aucun médicament qui soit dépourvu de tout risque.**



Souvenez-vous : les médicaments peuvent tuer !

Les trois maladies courantes pour lesquelles les gens réclament trop souvent des médicaments alors qu'ils n'en ont pas besoin sont : (1) le rhume courant, (2) la toux mineure et (3) la diarrhée.

Pour le **rhume courant**, le meilleur traitement consiste à se reposer, boire beaucoup de liquides et tout au plus prendre de l'aspirine. La pénicilline, la tétracycline et les autres antibiotiques n'ont aucun effet.

Pour la **toux mineure** ou même pour une toux sévère avec mucus épais, boire beaucoup d'eau diluera le mucus et facilitera le crachement, mieux et plus rapidement qu'un sirop pour la toux. Aspirer les vapeurs d'eau chaude peut apporter un grand soulagement (voir page [999](#)). Ne rendez pas les gens dépendants du sirop pour la toux ou d'autres médicaments dont ils n'ont pas besoin.

Dans la plupart des **diarrhées** chez l'enfant, l'usage de médicament n'améliore pas son état. Beaucoup de ceux qui sont couramment utilisés peuvent même être nuisibles (néomycine, streptomycine, "Entéro-Vioform", chloramphénicol). **La chose la plus importante est que l'enfant prenne beaucoup de liquides et suffisamment de nourriture (voir p. 999). La clef pour la guérison de l'enfant est la mère et non le médicament.** Si vous pouvez aider les mères à comprendre cela et à apprendre ce qu'elles doivent faire, beaucoup de vies d'enfants seront sauvées.

Les médicaments sont souvent utilisés de façon excessive, tant par les médecins que par le commun des gens. Cette situation est déplorable pour de nombreuses raisons :

- c'est du gaspillage ; la plupart de l'argent dépensé aux médicaments serait beaucoup mieux dépensé à la nourriture.
- cela rend les gens dépendants d'une chose dont ils n'ont pas besoin (et pour laquelle souvent ils n'ont pas les moyens) ;
- l'usage de tout médicament comporte des risques. Il y a toujours la possibilité qu'un médicament qui n'est pas nécessaire fasse réellement du tort ;
- en outre, quand des médicaments sont utilisés trop souvent pour des problèmes mineurs, ils perdent de leur efficacité lorsqu'il faut combattre des maladies dangereuses.

Un exemple de médicament perdant de son efficacité est le chloramphénicol. L'usage excessif de cet important mais dangereux antibiotique pour des infections mineures a eu pour conséquence que dans certaines parties du monde, le chloramphénicol n'agit plus contre la fièvre typhoïde, une infection très dangereuse. La consommation fréquente et excessive de chloramphénicol a permis à la typhoïde de *résister* à ce médicament.

Pour toutes les raisons mentionnées ci-dessus, l'usage des médicaments devrait être limité.

Mais comment ? Ni les règlements et les restrictions rigides, ni l'autorisation laissée à des personnes hautement qualifiées de décider de l'usage de médicaments n'ont empêché leur consommation excessive. Ce n'est que lorsque les gens eux-mêmes sont mieux informés que l'usage attentif et limité des médicaments se normalise.

Sensibiliser les gens à un usage limité des médicaments est une des tâches importantes de celui qui travaille pour la santé.

Ceci est particulièrement vrai dans les contrées où les médicaments modernes sont déjà fort répandus.

Ne pensez-vous pas qu'il a besoin d'une piqûre ?

Non. Tout ce qu'il a c'est un rhume. Il s'en remettra de lui-même. Laissez-le se reposer. Donnez-lui de la bonne nourriture et beaucoup à boire. Des médicaments puissants ne l'aideront pas et pourraient même le rendre malade.



Quand les médicaments ne sont pas nécessaires, prenez le temps d'expliquer pourquoi.

Pour plus de renseignements à propos de l'administration correcte et incorrecte de médicaments, voir le chapitre 6, à la page 49. À propos de l'administration correcte et incorrecte d'injections, voir le chapitre 9, à la page 65. À propos de l'administration prudente des remèdes à la maison, voir le chapitre 1.

7 Comment découvrir les progrès réalisés (Évaluation)

De temps en temps, dans votre travail en faveur de la santé, il vous sera utile de jeter un regard attentif sur ce que vous avez réussi à faire avec la communauté. Quels changements, le cas échéant, ont été apportés pour améliorer la santé et le bien-être général ?

Vous pourriez noter, chaque mois ou chaque année, les activités qui peuvent être évaluées. Par exemple :

1. Combien de familles ont creusé des latrines ?
2. Combien de fermiers participent à l'amélioration de leurs terres et de leurs récoltes ?
3. Combien de mères et d'enfants participent à un programme de formations et d'exams réguliers pour enfants ?

Ce genre de question vous aidera à mesurer le **travail accompli**. Mais pour évaluer le résultat ou l'**impact** de ces activités, vous devrez vous poser d'autres questions telles que :

- Combien d'enfants ont eu la diarrhée ou des vers dans le mois ou l'année écoulée par comparaison à l'époque où il n'y avait pas de latrines ?
- Combien d'enfants ont un poids normal et un gain de poids sur leur fiche de santé par comparaison à l'époque où le programme pour les moins de 5 ans n'était pas entamé ?
- Est-ce que moins d'enfants meurent actuellement qu'auparavant ?

Pour pouvoir juger du résultat d'une activité, quelle qu'elle soit, vous devez rassembler certaines informations aussi bien avant qu'après. Par exemple, si vous désirez enseigner aux mères combien il est important d'allaiter les bébés, comptez d'abord le nombre de mères qui le font. Commencez alors le programme et recomptez le nombre chaque année. De cette manière, vous réaliserez mieux l'importance qu'a eue votre enseignement.

Vous devez vous assigner des buts. Vous prévoyez, par exemple, avec le comité de santé, que 80% des familles auront des latrines pour la fin de l'année. Chaque mois, vous faites le compte. Si au bout de six mois, un tiers seulement des familles ont des latrines, vous saurez que vous devez travailler davantage pour atteindre le but que vous vous êtes fixé.

Se fixer des objectifs aide souvent les gens à travailler davantage et à obtenir un résultat meilleur.

Cela vous aidera, pour évaluer les résultats de vos activités, de compter et de mesurer certaines choses **avant, pendant, et après**.

Mais souvenez-vous en : **la partie la plus importante de votre travail en faveur de leur santé ne se mesure pas**. Il s'agit de vos relations avec les autres, de l'apprentissage et du travail en commun, de l'accroissement de l'amabilité, de la responsabilité, de la collaboration et de l'espoir. Ces choses ne se mesurent pas. Mais soupesez-les bien quand vous considérez les changements qui ont eu lieu.

8 Enseigner et apprendre ensemble : L'agent de santé comme éducateur

Quand vous commencez à réaliser le nombre de choses qui touchent à la santé, il se peut que vous trouviez la tâche énorme et impossible. Et à vrai dire, vous n'obtiendrez jamais de grands résultats si vous essayez de distribuer les soins de santé tout seul.

Ce n'est que lorsque les gens eux-mêmes deviennent activement responsables de leur propre santé et de celle de la communauté que des changements importants peuvent se produire.

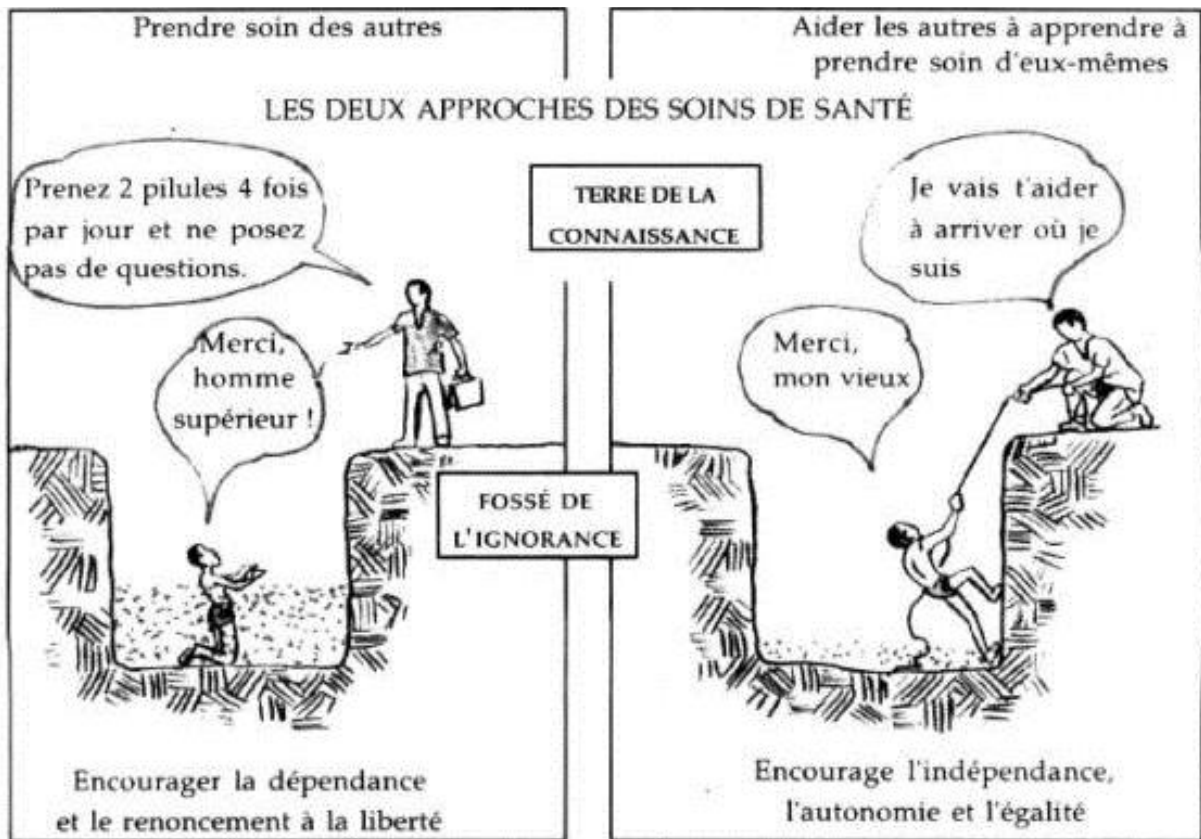
Le bien-être de votre communauté dépend du dévouement, non d'une personne, mais de presque toutes. Pour cela, les responsabilités et les connaissances doivent être partagées.

C'est pourquoi **votre premier travail est d'enseigner** – aux enfants, aux parents, aux paysans, aux instituteurs, aux autres travailleurs de la santé – à tous ceux que vous pouvez.

L'aptitude à enseigner est le plus grand art que vous puissiez apprendre, c'est à aider les autres à évoluer et évoluer avec eux. **Un bon enseignement n'est pas quelqu'un qui met des idées dans la tête des autres, c'est quelqu'un qui aide les autres à se construire leurs propres idées, à faire de nouvelles découvertes par eux-mêmes.**

L'enseignement et l'apprentissage ne devraient pas être limités à l'école ou au poste de santé. Ils devraient prendre place dans les maisons, dans les champs et sur les routes. Pour vous, une des meilleures occasions d'enseigner, c'est probablement quand vous soignez le malade. Mais vous devriez chercher toutes les occasions d'échanger des idées, de partager, de montrer et d'aider les gens à penser et à travailler ensemble.

Dans les pages suivantes se trouvent quelques idées qui peuvent vous aider à cela. Ce ne sont que des suggestions. Vous trouverez beaucoup d'autres idées par vous-même.



Les deux approches des soins de sante

Prendre soin des autres

Aider les autres à apprendre à prendre soin d'eux-mêmes

Prenez 2 pilules 4 fois par jour et ne posez pas de questions.

Terre de la connaissance

Je vais t'aider

Encourager la dépendance et le renoncement à la liberté

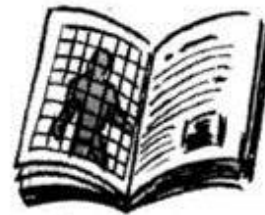
Encourage l'indépendance, l'autonomie et l'égalité

8.1 Outils pour l'enseignement

De grandes images et des affiches. “Une image vaut mille mot”. De simples dessins, avec quelques mots d'explications ou sans, peuvent être suspendus dans la case de santé ou partout où les gens sont susceptibles de les voir. Vous pouvez reproduire quelques-unes des images de ce livre.



Si vous avez des difficultés pour la reproduction correcte des dimensions et des formes, dessinez légèrement des carrés au crayon sur l'image que vous désirez reproduire.



Dessinez ensuite le nombre de carrés, légèrement mais en plus grand, sur l'affiche ou le carton. Recopiez alors le dessin carré par carré.

Si possible, demandez à des artistes du village de dessiner ou de peindre des affiches. Ou faites faire par les enfants des posters sur différents sujets.

Les formateurs peuvent aussi utiliser les espaces pour faire les formations dans les villages. On se sert, soit de la poudre de charbon, de la cendre, des cailloux, des feuilles et autres petites choses pour représenter les besoins de la communauté.



Les modèles et les démonstrations aident à faire passer les idées. Si vous désirez, par exemple, parler aux mères et aux accoucheuses des soins à prendre pour couper le cordon ombilical, vous pouvez utiliser une poupée pour représenter le bébé. Épinglez un cordon du tissu sur son ventre. Les accoucheuses expérimentées peuvent montrer aux autres comment cela se pratique.



Des vidéos qui portent sur le sujet de la santé sont disponibles à travers le monde sur vidéocassette, DVD, et en ligne. Des projecteurs alimentés à pile sont aussi disponibles. Mais la technologie ne remplace pas un bon enseignant.



Vous trouverez en fin de livre une liste d'adresses où vous pouvez recevoir du matériel didactique en vue de l'éducation sanitaire de votre village. De plus, un ouvrage d'ENDA Tiers-Monde (ET 45) répertorie tout le matériel d'éducation pour la santé fabriqué en Afrique noire francophone. Au Mali, on en trouve au niveau du Centre Nationale d'Information d'Éducation et de Communication en Santé (CNIECS, Tél. : (223) 222 54 93, BP 1218 Bamako).

8.2 Autres façons de faire passer les idées

Racontez une histoire

Quand vous avez quelque chose de difficile à expliquer, une histoire, surtout une vraie, peut vous venir à point.

Si je vous dis, par exemple, qu'un travailleur du village peut parfois poser un meilleur diagnostic que le médecin, vous pouvez ne pas me croire. Mais si je vous raconte l'histoire d'Awa, travaillant dans un petit centre de nutrition en Afrique de l'Ouest ; vous pourrez me comprendre.

Un jour, un enfant malade arrive au centre de nutrition. Il avait été envoyé par le médecin d'un centre de santé voisin car il était très sous-alimenté. Il toussait également et le médecin avait prescrit un médicament pour la toux. Awa était ennuyée au sujet de cet enfant. Elle savait qu'il venait d'une famille très pauvre et qu'un frère plus âgé était mort quelques semaines auparavant. Elle alla rendre visite à la famille et apprit que le frère aîné avait été longtemps malade et avait toussé du sang. Awa alla au centre de santé et raconta au médecin qu'elle craignait que l'enfant n'ait la tuberculose. Des tests furent faits et il s'avéra que Awa avait raison... Ainsi, vous le voyez, le travailleur de la santé a perçu le vrai

problème avant le médecin – parce qu’elle connaissait les gens et qu’elle leur rendait visite.

Les histoires rendent aussi l’apprentissage plus intéressant. Ce sera plus facile si les travailleurs de la santé sont de bons conteurs d’histoire.

Citer un proverbe

Un proverbe dit : “Il faut entrer dans l’inconnu pour savoir ce qu’il y a de nouveau” Et c’est ce que Awa a compris en se permettant d’aller voir à la source afin de connaître les réalités de la famille dont nous venons de raconter le cas. Si elle était restée au centre, elle ne comprendrait peut être pas de quoi cet enfant souffre.

Jouer une pièce

Les histoires qui reprennent des points importants peuvent frapper davantage les gens si elles sont jouées. Peut-être que l’instituteur, quelqu’un du comité de santé ou vous-même, pouvez construire de petites pièces ou sketches avec les enfants de l’école.

Par exemple, pour montrer que la nourriture doit être protégée des mouches afin d’éviter les épidémies, plusieurs enfants pourraient se déguiser en mouches et bourdonner autour de la nourriture qui n’a pas été couverte. Ensuite les enfants mangent cette nourriture et tombent malades. Mais les mouches ne peuvent pas atteindre la nourriture placée dans une boîte protégée par une moustiquaire. C’est pourquoi les enfants qui mangent cette nourriture restent en bonne santé.

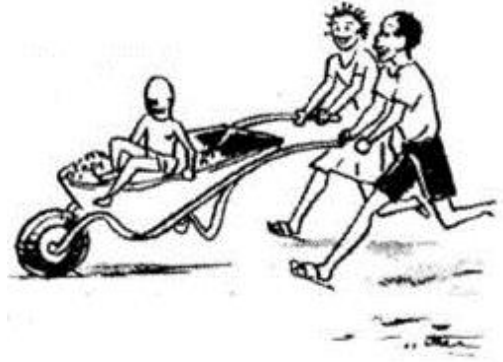


Plus vous trouverez de manières de faire passer les idées, plus il y aura de gens qui comprendront et retiendront.

8.3 Comment travailler et apprendre ensemble pour le bien commun

Il y a beaucoup de façons d'intéresser les gens et de les inciter à travailler ensemble pour aborder leurs problèmes communs. Voici quelques idées.

1. **Comité de santé pour le village.** Le village peut choisir un groupe de personnes compétentes et intéressées pour travailler au projet et à la conduite d'activités relatives au bien-être de la communauté -par exemple, le creusement de fosses à ordures ou de latrines. Le travailleur de la santé peut et doit partager avec d'autres une grande partie de ses responsabilités.
2. **Groupes de discussions.** Mères, pères, écoliers, jeunes gens, guérisseurs et autres groupes peuvent discuter des besoins et des problèmes qui affectent la santé. Leur but premier peut être d'aider les gens à échanger leurs idées et à partir de ce qu'ils connaissent déjà.
3. **Festivals de travail.** Les projets communautaires tels que le placement de conduites d'eau ou la propreté du village peuvent avancer rapidement et tout en s'amusant si tout le monde s'y met. Des jeux, des courses, des rafraichissements et de petites récompenses permettent de changer le travail en jeu. Usez d'imagination.
4. **Coopératives.** Les gens peuvent arriver à diminuer les prix de revient en partageant les outils, le stockage et peut-être la terre. L'entraide peut avoir une grande influence sur le bien-être des gens.
5. **Visites dans les écoles.** Travaillez avec l'instituteur du village pour encourager, à l'aide de démonstrations et de jeux, les activités relatives à la santé. Invitez aussi de petits groupes d'écoliers à venir visiter le centre de santé. Les enfants, non seulement apprennent rapidement, mais ils peuvent vous aider de beaucoup de manières. Si vous donnez une chance aux enfants, ils deviendront avec joie une ressource valable.
6. **Rencontres sanitaires pour mères et enfants.** Il est d'une importance toute particulière que les femmes enceintes et les mères de petits enfants (jusqu'à 5 ans) soient bien informées quant à leurs besoins de santé personnels et à ceux de leurs enfants. Des visites régulières au dispensaire sont pour elles l'occasion aussi bien de contrôler leur état de santé que d'apprendre quelque chose. Veillez à ce que les mères gardent les carnets sanitaires de leurs enfants et les apportent chaque mois afin d'y faire inscrire l'âge et le poids des enfants. Les mères qui comprennent mettent souvent leur point d'honneur à ce que leurs enfants mangent et grandissent bien. Elles peuvent arriver à comprendre même sans savoir lire. Peut-être pouvez-vous aider les mères intéressées à organiser et à mener ces activités.



Les enfants peuvent accomplir un travail impressionnant pour peu qu'il soit tourné en jeu.

7. **Visites à domicile.** Rendez amicalement visite aux gens, spécialement aux familles qui ont des problèmes particuliers, qui ne viennent pas souvent au dispensaire ou qui ne participent pas aux activités de groupe. Mais respectez la vie privée des gens. Si votre visite ne peut pas être amicale, alors ne la faites pas – à moins que des enfants ou des personnes sans défense soient en danger.

8.4 Façons de partager, d'échanger les idées en groupe

Comme promoteur de la santé, vous remarquez que, pour améliorer la santé des gens, votre succès dépendra bien plus de votre aptitude à enseigner que de vos connaissances médicales ou techniques. Car c'est seulement quand la communauté tout entière est impliquée et travaille ensemble que les gros problèmes peuvent être surmontés.

Les gens n'apprennent pas grand-chose par ce qui leur est dit. Ils apprennent à partir de ce qu'ils pensent, sentent, discutent, voient et font ensemble.

Ainsi, le bon enseignant ne s'assied pas derrière un bureau pour parler **aux gens**. Il parle et travaille **avec eux**. Il aide les gens à réfléchir clairement à leurs besoins et à trouver les moyens appropriés de les résoudre. Il recherche chaque occasion de partager des idées d'une manière ouverte et amicale.



Ne parlez pas aux gens



Parlez avec les gens...

La chose la plus importante que vous puissiez faire est peut-être d'éveiller les gens à leurs propres possibilités... pour les aider à prendre confiance en eux-mêmes. Parfois les villageois ne modifient pas certaines choses qu'ils n'aiment pas, simplement parce qu'ils n'essayent pas. Trop souvent, ils se jugent eux-mêmes ignorants et incompetents. Mais ils ne le sont pas. Beaucoup de villageois, y compris ceux qui ne savent ni lire ni écrire, ont des connaissances et des aptitudes remarquables. Ils opèrent déjà de grands changements dans leur milieu grâce aux outils qu'ils utilisent, à la terre qu'ils cultivent et à ce qu'ils construisent. Ils peuvent réaliser beaucoup de choses importantes que des gens ayant beaucoup d'instruction ne savent pas faire.

Si vous pouvez les aider à prendre conscience de tout ce qu'ils connaissent déjà et de ce qu'ils ont fait pour changer leur milieu, ils réaliseront qu'ils peuvent apprendre et faire encore

beaucoup plus. C'est en travaillant ensemble qu'ils auront la possibilité d'apporter de plus grands changements pour leur santé et leur bien-être.

Maintenant, comment pouvez-vous dire cela aux gens ?

Souvent, vous ne le pouvez pas ! Mais vous pouvez les aider à trouver certaines de ces choses par eux-mêmes – en les amenant à discuter ensemble. Vous-même, parlez peu, mais entamez la discussion en posant certaines questions. Des images simples, comme les dessins proposés ici, peuvent vous aider. Vous aurez à cœur de réaliser vos propres dessins qui montreront les bâtiments, les gens, les animaux et les récoltes ressemblant autant que possible à ceux de votre région.

Utilisez des images pour amener les gens à parler et réfléchir ensemble.



Montrez à un groupe de personnes une image semblable à celle-ci et demandez-leur d'en discuter. Poser des questions pour amener les gens à parler de ce qu'ils connaissent et peuvent faire. Voici quelques exemples de questions :

- Qui sont les gens représentés sur l'image et comment vivent-ils ?
- Comment cette terre était-elle avant que les gens n'y viennent ?
- Comment ces changements affectent-ils leur santé et leur bien-être ?
- Quels autres changements ces gens pourraient-ils apporter ? Que pourraient-ils apprendre d'autre ? Qu'est-ce qui les arrête ? Comment pourraient-ils apprendre davantage.
- Comment ont-ils appris à cultiver ? Qui le leur a enseigné ?
- Si un médecin ou un avocat arrivait sur cette terre sans plus d'argent ni d'outils que ces gens, pourrait-il cultiver aussi bien ? Pourquoi et pourquoi pas ?
- En quoi ces gens nous ressemblent-ils ?

Ce genre de discussion en groupe aide les gens à avoir confiance en eux-mêmes et en leur capacité à changer les choses. Cela peut aussi les aider à se sentir plus impliqués dans leur communauté.

Au début, vous trouverez peut-être que les gens sont lents à s'exprimer et à dire ce qu'ils pensent. Mais après quelque temps, ils commenceront à parler plus librement et à poser eux-mêmes des questions importantes. Encouragez chacun à dire ce qu'il ressent et à s'exprimer sans crainte. Demandez à ceux qui parlent le plus de donner une chance à ceux qui sont plus lents à s'exprimer.

Vous pouvez imaginer beaucoup d'autres dessins et questions pour provoquer des discussions qui aideront les gens à voir plus clairement les problèmes, leurs causes et les solutions possibles.

À propos de l'image suivante, quelles questions pouvez-vous poser pour amener les gens à réfléchir aux différentes choses touchant à la condition des enfants ?

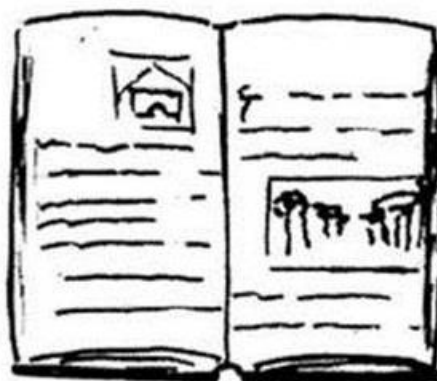


Essayez de penser à des questions qui se rapportent à d'autres et amenez les gens à s'interroger eux-mêmes. À combien, parmi les causes spécifiques de mort due à la diarrhée, les gens penseront-ils quand ils discuteront d'une image comme celle-ci ?

9 Comment faire le meilleur usage de ce livre

Quiconque sait lire peut utiliser ce livre chez lui. Même ceux qui ne savent pas lire peuvent apprendre quelque chose à partir des images. Mais pour utiliser ce livre de la façon la plus complète possible, les gens, souvent, devront avoir un minimum d'instruction. On peut atteindre ce but de plusieurs façons.

Celui qui donne ce livre doit s'assurer que les gens comprennent comment utiliser la table des matières, l'index, et le vocabulaire. Attachez-vous spécialement à montrer par des exemples la façon de **chercher quelque chose**.



Amenez chacun à lire attentivement les parties du livre qui les aideront à comprendre **ce qu'il peut être utile de faire, ce qui serait nuisible ou dangereux et quand il est important de demander de l'aide** (voyez spécialement les chapitres [1](#), [2](#), [6](#) et [9](#), ainsi que les **Signes de Maladies Graves**, au chapitre [3](#)). Mettez en évidence combien il est important de **prévenir la maladie** avant qu'elle ne commence. Encouragez la lecture des chapitres qui traitent de **l'alimentation** (nutrition) et de la **propreté** (hygiène et conditions sanitaires).

De plus montrez et marquez les pages qui parlent des problèmes les plus courants là où vous êtes. Par exemple, vous pourrez marquer les pages sur la diarrhée et assurez-vous que les mères avec de petits enfants comprennent l'importance du "boisson spécial" (la réhydratation orale, p. [152](#)).

Beaucoup de ces choses peuvent être expliquées brièvement. Mais plus vous passerez de temps avec les gens à discuter de la façon d'utiliser le livre ou à le lire et à vous en servir avec eux, plus chacun en tirera profit.

En tant que promoteur de la santé, vous pourrez encourager les gens à se rassembler en **petits groupes**, à parcourir le livre et à en discuter un chapitre à la fois. Considérez les problèmes les plus importants dans votre région, ce qu'il y a lieu de faire au sujet des problèmes de santé existants et comment éviter des problèmes semblables à l'avenir. Tenez à ce que les gens regardent en avant.

Les personnes intéressées peuvent peut-être se rassembler en une **petite classe** qui utiliserait ce livre (ou d'autres) comme texte. Les membres du groupe pourraient discuter de la façon de reconnaître, de traiter et de prévenir différents problèmes. Ils pourraient, chacun à leur tour, enseigner et expliquer ces choses aux autres.

Pour rendre l'apprentissage agréable dans ces classes, vous pouvez mettre en scène les situations qui se présentent. Quelqu'un peut, par exemple, simuler telle maladie et expliquer ce

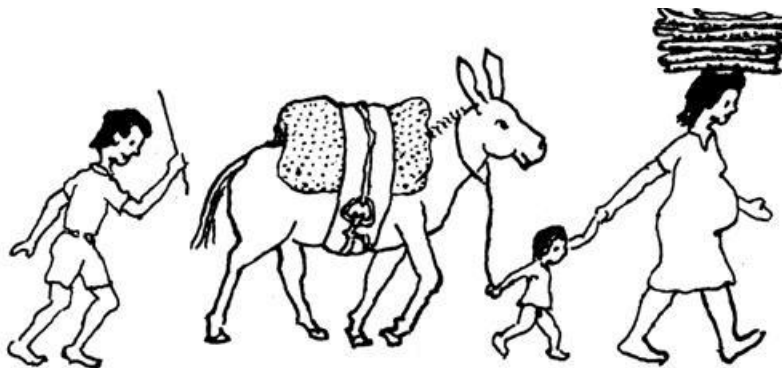
qu'il ressent. D'autres alors lui posent des questions et l'examinent. Utilisez le livre pour essayer de trouver quel est son problème et ce que vous pouvez y faire. Le groupe ne doit pas oublier d'impliquer la personne "malade" de manière à ce qu'elle comprenne mieux sa maladie, ni de terminer en discutant avec elle des manières de prévenir la maladie dans le futur. Tout cela peut être joué dans la classe.

Comme travailleur de la santé, une des meilleures façons que vous ayez d'aider les gens à utiliser correctement ce livre est la suivante : quand quelqu'un vient vous trouver pour un traitement, faites-lui chercher dans le livre ce qui concerne son problème ou celui de son enfant et trouver comment le résoudre. Cette façon de procéder prend plus de temps, mais est beaucoup plus efficace que de faire le travail à sa place. Ce n'est que -lorsque quelqu'un commet une erreur ou oublie quelque chose d'important que vous devez intervenir et lui apprendre comment faire mieux. De cette façon, **même la maladie est une occasion d'apprentissage pour les gens.**

Cher ami qui travaillez pour la santé d'un village, que que vous soyez et où que vous soyez, que vous ayez un titre ou une position officielle ou que vous soyez simplement, comme nous, quelqu'un qui s'intéresse au bien-être des autres, faites un bon usage de ce livre. Pour vous et pour tous.

Mais souvenez-vous que ce qu'il y a de plus important dans les soins de santé, vous ne le trouverez pas dans ce livre ni dans aucun autre. La clé d'une bonne santé se trouve entre vous et votre entourage, dans le souci, l'intérêt et l'estime que vous avez les uns pour les autres. C'est sur cette base qu'il faut construire si vous voulez voir votre communauté en bonne santé.

David Werner



9.1 Avertissement

Ce livre est destiné à vous aider à résoudre vous-mêmes la plupart de vos problèmes de santé. En cas de maladie grave, ou en cas d'incertitude quant au traitement approprié, demandez conseil à un agent de santé ou à un médecin chaque fois que c'est possible.

