



RAPPORT D'EXPERIENCE BENEVOLES

PRENOM	AGE	PROFESSION
Anne	50 ans	Infirmière - Enseignante

VOTRE MOTIVATION

Ma motivation était de partir faire du bénévolat dans un dispensaire en Afrique et c'est pour l'Association Perle de Cœur que l'occasion s'est présentée grâce à Marina que je connais depuis fort longtemps. J'avais envie de découvrir une autre population et de pouvoir apprendre une autre façon de vivre. Mon idée était aussi de pouvoir les aider à développer et améliorer leurs conditions dans les soins et aussi leurs conditions de vie avec les moyens qu'ils ont.

AVANT VOTRE SEJOUR

- Préparation
 - Être motivé-e et au clair sur son envie de partir faire du bénévolat dans une autre culture que la nôtre, dans la pauvreté au quotidien mais avec la richesse de son cœur
 - Prendre avec soi anti-moustique, lampe frontale, batterie de recharge pour le natel ou autre appareil
- Informations de l'association
 - Beaucoup d'informations m'ont été données par Marina avant de partir sur les buts de l'Association, les démarches pour partir, la vie sur place, la maison des bénévoles, le dispensaire, ... C'était important et utile mais quoi qu'il en soit, il n'y a que sur place que vous allez vraiment pouvoir vraiment découvrir la vie du village et vous imprégner de la culture. Même si j'ai pu recevoir les informations qui m'ont permis de me préparer, il y avait une grande part d'inconnue et je reste persuadée que c'était très important car nous devons aussi découvrir par nous-même. De plus, nous avons chacun notre vécu et notre regard sur les autres et nous vivons les voyages et découvertes à notre manière.
- Formalités Visa et vaccinations
 - Avoir un passeport valable et faire le e- visa en ligne
 - Réserver et payer son billet d'avion
 - Faire les vaccins nécessaires au voyage avant de partir. Seul le vaccin pour la fièvre jaune est obligatoire, mais j'ai trouvé bien utile de faire les autres vaccins (typhoïde, hépatite A, rappel tétanos, rage, Covid à vérifier) ainsi que de prendre avec soit la prévention contre le paludisme (à débiter 2 jours avant le départ et continuer 7 jours après le retour). Prendre avec soi de l'anti-moustique est aussi nécessaire + crème solaire selon la période de l'année où vous y allez.
 - Pour l'alimentation sur place, il nous est recommandé de manger ce qui est cuit et de rincer à l'eau de javel tout ce que nous consommons cru tels que les fruits et légumes. Pour ma part, l'eau de javel ne me parlait pas trop. Une autre solution est possible : avoir un petit flacon de bétadine verte avec vous. Vous mettez 20 gouttes de bétadine dans 1 litre d'eau et vous l'utilisez pour rincer fruits et légumes. Il est tout de même recommandé de peler les fruits et légumes. L'eau avec la bétadine peut aussi être bue et utilisée pour rincer la brosse à dent et se rincer la bouche si vous n'avez pas d'eau en bouteille. C'est une solution qui est proposée dans les cours de 1ers secours de prévention des séismes. Je l'ai testée sur place et ça a fonctionné. Je n'ai pas bu l'eau directement mais j'ai utilisé avec l'eau du robinet pour le brossage des dents (se rincer la bouche et rincer la brosse à dents et pas eu de soucis digestifs). Et ça peut vous être utile aussi en Suisse ! La bétadine change légèrement la couleur de l'eau mais au niveau du goût ça ne change presque rien.

PENDANT VOTRE SEJOUR

- Arrivée dans le pays d'accueil
 - À l'arrivée le 1^{er} soir, j'ai dormi à Abidjan à l'hôtel Mirabel. Le personnel de l'hôtel est venu me chercher à l'aéroport. Ça peut aussi être Blaise le médecin de l'Association qui vient nous chercher. Ils m'ont aussi emmené à la gare des bus qui partent pour Yamoussoukro le lendemain matin. Il y a 250 km entre les 2 grandes villes. Ensuite, Rose (qui travaille pour l'association sur place) m'attendait à l'arrivée du bus pour que nous allions en taxi jusqu'au village (encore 25 km et on y est !).
- Logement
 - La maison des bénévoles a été construite au milieu du village à 8-10 minutes à pied du dispensaire. C'est assez incroyable de vivre au milieu « des locaux ».
 - Marina a eu à cœur de faire une maison pour que nous ayons un confort au plus proche de celui que nous avons chez nous et c'est un plus qui nous permet d'être dans notre bulle par moment et nous facilite le séjour surtout au niveau sanitaire. Cela ne nous a pas épargnées des coupures, mais j'ai envie de dire que cela fait partie du jeu dans un tel voyage 😊
- Encadrement
 - Sur place, nous avons Rose qui habite dans le village qui était là pour s'occuper de nous quand nous en avons besoin comme par exemple pour réserver le taxi, venir faire les courses avec nous à Yamoussoukro, s'occuper du ménage de la maison, nous préparer certains plats locaux si nous lui demandons (et lui payer les achats 😊), d'organiser certaines rencontres comme avec le chef du village ou la présidente des femmes par exemple.
 - Les gens du village sont aussi très bienveillants vis-à-vis de nous.
- Mission pour l'infirmière
 - Découvrir la façon de fonctionner du dispensaire dans la prise en charge des patients (pathologies – traitements – coûts – paiement – ...)
 - Connaître les pathologies spécifiques à leur pays et leurs traitements
 - Soutien dans le développement des soins et des activités du dispensaire
 - Dispenser des soins et des conseils aux patients en collaboration avec les infirmiers et aides-soignants du centre
 - Connaître leur mode de vie afin de pouvoir donner des soins et des conseils en fonction
- Coût
 - Le billet d'avion, l'hôtel la 1^{ère} nuit, les taxis et le bus pour rejoindre Yamoussoukro, la nourriture sur place dans le village sont à notre charge. Pour ma part, ce n'était pas un souci et je pense même que ça m'a permis de bien réfléchir sur mes motivations à partir faire du bénévolat dans un tel endroit.

IMPRESSIONS GENERALES DE VOTRE SEJOUR

C'était une 1^{ère} expérience pour moi d'aller faire du bénévolat dans une région d'un pays pauvre. J'en ressort grandie et l'expérience humaine a été magnifique. L'immersion totale dans le village a été très intense mais tellement bénéfique pour moi. Ce n'était pas toujours facile au début mais plus les jours avançaient et plus je me suis sentie à l'aise avec les gens du village. Ce sont des gens très attachants et qui nous donnent beaucoup au niveau du cœur. Ils ont la plupart du temps le sourire malgré leur grande pauvreté et partagent le peu qu'ils ont. Quelques semaines après être rentrée en Suisse, je peux vraiment dire qu'ils sont magiques.

3 PHOTOS EMBLEMATIQUES DE VOTRE SEJOUR

