

## Rapport de Stage

Soppi Gox : Changement d'un milieu



Par  
Amélie Brunet

Stage Québec sans frontières  
Public universel

Sénégal  
Été 2016

## Avant le départ

Au printemps 2013, j'ai fait un stage extraordinaire au Sénégal avec Mer et Monde. Deux ans plus tard, j'ai vu le stage « Soppi Gox : Changement d'un milieu » sur le site de Québec Sans Frontières. Étudiant en santé et ayant eu une très agréable expérience avec Mer et monde par le passé, j'étais certaine que je souhaitais prendre part à cette aventure. De plus, ce stage avait lieu au Sénégal et je souhaitais approfondir mes connaissances sur ce pays.

Suite à la sélection, nous avons eu plusieurs formations en groupe. Cela nous a vraiment permis de bâtir notre dynamique de groupe et d'apprendre à nous connaître. Je crois vraiment que cela nous a beaucoup aidé une fois sur le terrain. Nous savions que nous pouvions compter les uns sur les autres durant les moments les plus difficiles. Ces formations nous ont également permis d'en apprendre beaucoup sur la coopération internationale et sur des enjeux mondiaux. J'ai beaucoup apprécié la relation que nous avons avec nos formateurs. Durant toutes les fins de semaine de formation nous avons pu beaucoup échanger et discuter avec eux. Je considère que la formation est essentielle puisqu'elle permet par la suite de vivre le stage d'une manière encore plus enrichissante. En effet, elle nous apporte beaucoup d'informations sur les coutumes du Sénégal et sur les manières d'agir ou de réagir face à différentes situations.

## Le stage

Le stage a eu lieu dans les villages de Lalane, Keur Ndioukoune et Diassap, où nous vivions. Le partenaire local était le groupement villageois de Lalane-Diassap. Le but de ce projet de trois ans est d'améliorer la santé de la population en inculquant de saines habitudes de vie. Ce projet fut divisé en quatre volets soit Sports, culture et loisirs, Santé et nutrition, Formation culinaire et Agriculture. Avec ma collègue Sarah, j'étais dans la commission Santé et nutrition où notre rôle était de préparer et d'animer des sensibilisations portant sur diverses problématiques liées à la santé. Les autres membres de la commission étaient tous des habitants d'un des trois villages et nous nous rencontrions environ aux deux à trois semaines afin de planifier les prochaines activités. Avec les membres de la commission, nous avons choisi de parler de paludisme, de maladies cardiovasculaires et de diabète et de premiers soins. Le paludisme fut abordé lors d'activité de causerie avec les femmes, dans chacun des trois villages. Pour les maladies cardiovasculaires nous avons décidé de reprendre la même formule. Toutefois, il n'y avait pas assez de participantes à Lalane et à Diassap. Nous avons donc fait du porte-à-porte avec les commissions Formation culinaire et Agriculture afin d'informer sur l'impact des habitudes de vie sur le développement des maladies et sur les moyens de prévention. Un atelier sur les premiers soins a été réalisé à Keur Ndioukoune et à Diassap. De plus, nous avons préparé un atelier sur les modes de

contraception et le planning familial avec les jeunes mariées suite à une demande de leur part et nous avons animé une causerie sur les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) et sur la contraception avec les jeunes du village de Diassap.

Nous avons eu plusieurs rencontres avec les membres de notre commissions, composée des femmes de trois villages responsables de la communication pour la pesée des bébés dans un autre projet du groupement villageois et de deux infirmiers. De manière générale, ils nous indiquaient quels étaient les sujets à aborder lors des prochaines activités, à quel moment les réaliser et quel public viser. Par la suite, moi et Sarah nous occupions de trouver l'information se rendant dans un café internet à Thiès. Nous faisons des supports visuels pour appuyer nos propos puis lors d'une autre réunion nous présentions ce que nous avons préparé aux membres de la commission. Ceux-ci nous donnaient leurs conseils afin d'améliorer la présentation et nous faisons alors les changements. Ces rencontres devaient également permettre aux femmes de se préparer afin de traduire la présentation par la suite. Par contre, beaucoup de femmes qui font partie de la commission ne parlent pas suffisamment français ou sont beaucoup trop timides pour faire la traduction. De plus, les deux infirmiers ne sont pas disponibles pour faire la traduction. Cette difficulté à trouver des traducteurs et à impliquer les femmes dans la commission est un aspect à améliorer lors de la dernière année du projet.

Les activités que j'ai préféré réaliser dans le cadre du stage sont celles où j'ai dû le plus sortir de ma zone de confort, soit le porte-à-porte et les deux activités sur la contraception et sur les ITSS. Lors du porte-à-porte, j'ai adoré aller à la rencontre des gens et discuter avec eux sur la santé. Ça m'a également permis d'entrer en contact avec des membres de la communauté que je côtoyais très peu. L'activité sur le planning familial m'a beaucoup stimulé car je savais que les femmes qui y assistaient étaient intéressées, même si elles ne pouvaient pas vraiment le montrer. Durant l'activité, elles ne posaient pas beaucoup de questions. Toutefois, plusieurs sont venues nous voir dans les jours suivants l'activité pour nous poser davantage de question. Lors de la causerie avec les jeunes du village à propos de la contraception et des ITSS, j'ai beaucoup aimé répondre aux questions et discuter des moyens de prévention. Le sujet est encore plutôt tabou chez les générations plus âgées mais les jeunes veulent beaucoup en parler et s'informer. On voit que c'est un aspect qui est tranquillement en train de changer. De plus, suite à la causerie nous avons distribué des bouts de papier et des crayons afin de recueillir les questions des participants pour ensuite y répondre devant tout le groupe. Les questions étaient toutes très pertinentes et j'ai beaucoup aimé y répondre. Ce qui m'a le plus touché, c'est que parmi les questions se trouvait un commentaire qui disait à peu près ceci « Merci, parce qu'ici au village, beaucoup de filles tombent enceintes ». J'ai senti que même si cette activité n'était pas tout à fait dans l'objectif du projet, les gens du village en ont profité et l'ont appréciée. Grâce à ces activités, j'ai réalisé que

j'étais moins timide que je croyais l'être et même qu'il m'est très facile d'interagir avec les gens ou de parler devant un grand groupe.

J'ai beaucoup aimé tous les ateliers qui ont été faits à Keur Ndioukoune. En effet, les femmes de ce village étaient toujours très accueillantes. Elles participaient beaucoup et elles posaient de nombreuses questions.

### La vie en famille



J'ai vraiment aimé ma famille. J'ai énormément apprécié qu'il y ait beaucoup d'adultes chez moi car j'ai pu discuter avec eux de plein de sujet et participer dans la cuisine. De plus, deux de mes frères étaient très impliqués dans le projet, l'un étant trésorier et l'autre membre de la commission sport. J'ai beaucoup parlé avec eux du projet, de la vie au village et des différences entre le Sénégal et le Québec. Ces conversations fut vraiment très intéressantes. J'étais également très proche de mes

trois belles-sœurs Marie-Françoise, Anne-Marie et Nadine. Nadine était uniquement là durant la fin de semaine mais comme elle est infirmière nous pouvions discuter, entre autres, du système de santé au Sénégal. Anne-Marie était plutôt timide mais j'aimais beaucoup discuter avec elle tout en préparant le repas. Elle faisait également partie de la commission Santé et nutrition et je pouvais donc lui partager mes idées et lui demander son opinion. Je discutais aussi beaucoup avec Marie-Françoise et j'ai développé une grande complicité avec elle. J'ai beaucoup aimé aller au champ ou au garage avec elle.

Lors de mon stage, je ne me suis pas beaucoup pratiquée à parler sérère. En effet, je faisais toutes les salutations mais je n'ai pas vraiment essayé d'apprendre beaucoup plus de mots. La grande majorité des gens de ma famille parlaient très bien français, je n'avais donc pas ressenti le besoin de m'améliorer en sérère. Toutefois, je crois que j'aurais dû mettre beaucoup plus d'efforts car ça m'aurait permis d'avoir une plus grande relation avec ma mère et mon père d'accueil.

### La vie dans la communauté



À chaque dimanche soir, j'allais au Ndey dikké, une rencontre de solidarité entre jeunes mariées, avec mes trois belles-sœurs. Cette rencontre permet aux jeunes mariées de s'aider financièrement et de passer un bon moment entre femmes. Je me

suis sentie vraiment privilégiée de pouvoir assister à ces rencontres. C'est vraiment une des activités que j'ai le plus appréciée.

J'ai également beaucoup aimé participer aux fêtes patronales et à une célébration de fiançailles. Les fiançailles ont eu lieu plus d'un mois après notre arrivée, nous nous sentions donc comme des membres du village. Nous avons fêté et beaucoup dansé. C'était très festif.

### Après le retour

Mon retour ne s'est pas fait trop difficilement. Toutefois, j'ai eu beaucoup de difficulté à parler de mon expérience, surtout avec des gens proches. J'arrive à parler des petits détails qui sont moins significatifs pour moi, comme les animaux que j'ai vus ou ce que j'ai mangé, mais je n'arrive pas à parler des gens que j'ai côtoyé et de ce qui a rendu cette expérience si enrichissante.

De plus, j'ai été malade à de nombreuses reprises au cours du stage. Je n'avais donc pas beaucoup d'énergie. Je me sentais presque toujours fatiguée et j'ai donc l'impression de ne pas avoir pu faire tout ce que j'aurais voulu. Je sens comme si je n'avais pas pu donner mon 100% et je suis donc un peu déçue de moi. Toutefois, je suis très heureuse d'avoir fait ce stage, c'est l'une des expériences les plus enrichissantes que j'aie vécu.

### Conclusion

Ce stage m'a permis de confirmer mon intérêt pour le domaine de la santé publique et communautaire. Effectivement, j'ai beaucoup aimé planifier des activités de sensibilisation et j'aimerais donc beaucoup me diriger vers la prévention de la santé. Cela m'a également permis de vaincre ma timidité. Je me sens maintenant beaucoup plus à l'aise devant un grand groupe. Je suis également beaucoup plus confiante, ce stage m'a permis de réaliser que je pouvais faire beaucoup plus de choses que je me croyais capable de faire.

Cette expérience m'a également donné envie de m'impliquer davantage auprès de ma communauté. J'ai vraiment ressenti que l'esprit de communauté et le fait de participer à un projet beaucoup plus grand que soi manquait beaucoup à ma vie depuis quelques années.

Je recommande à tous de faire un stage Québec Sans Frontières car il s'agit d'une très bonne initiation à la coopération internationale. De plus, j'ai particulièrement apprécié l'accompagnement offert par Mer et Monde sur le terrain ainsi que les

formations données à Montréal. En effet, les formateurs de Mer et Monde sont tous très dynamiques et les activités de formation sont très pertinentes.