

MÉDECINE ALTERNATIVE

Des soins gratuits pour les personnes à faible revenu

VALÉRIE LEGAULT

valerie.legault@tc.tc

Qui dit médecine douce dit frais de santé parfois élevés. Pour bien des gens à faible revenu, la chiropraxie, l'ostéopathie ou l'acupuncture sont hors de portée. Plus maintenant, grâce à Accès soins alternatifs Montérégie, un organisme qui a été fondé en mars dernier pour offrir des traitements gratuits à une clientèle qui en a souvent bien besoin.

La Dre Suzanne Deschênes a longtemps mijoté son idée avant de la mettre au point. Elle a été initiée à ce modèle pendant ses études en chiropratique à Davenport, en Iowa.

D'un côté, la clinique de soins gratuits élargit les perspectives des étudiants auprès d'une clientèle vulnérable. De l'autre, elle offre une solution de rechange intéressante aux gens qui n'auraient pas les moyens de s'offrir ce genre de traitement.



Des chiropraticiens, des ostéopathes et une acupunctrice ont répondu à l'appel de la Dre Suzanne Deschênes pour former Accès soins alternatifs Montérégie.

Avant de se lancer, Mme Deschênes a tenu des cliniques de soins gratuits à quelques reprises l'an dernier. L'expérience s'est avérée assez concluante pour justifier une organisation plus sérieuse.

L'objectif de départ de Soins alternatifs Montérégie est de former deux équipes de trois professionnels pour des soins gratuits trois jours par année, le samedi. La chiropraticienne a lancé des dizaines d'invitations à des professionnels de la santé pour se joindre à elle.

SPÉCIALISTES

Des chiropraticiens ont répondu à l'appel, de même qu'une acupunctrice. L'École professionnelle des ostéopathes du Québec participera à l'initiative. Deux physiothérapeutes devraient la suivre.

Leur mission se décline en trois volets. Il y a d'abord la gratuité des soins pour les personnes sur la sécurité du revenu ou à faible revenu. Ensuite, Accès soins alternatifs Montérégie veut favoriser la collaboration interprofessionnelle, une lacune générale dans le milieu, estime la Dre Deschênes.

L'organisme permettra aussi à des stagiaires de s'occuper de patients pour qui la solution à leurs maux se trouve souvent dans une série de médicaments. Enfin, «un quatrième volet éducatif devrait s'ajouter sous forme de conférences», indique Suzanne Deschênes.

ADMINISTRATEURS

La fondatrice et vice-présidente de l'organisme n'est pas seule dans cette aventure. Paul-Claude Bérubé, Élyse Marcoux, Hélène Jolin, présidente, et Maryse Verrette l'ont aidée au démarrage. Ses deux premiers partenaires ont quitté en cours de route. Louise Deschênes et Chantal Perron ont pris leur place.

L'assemblée de fondation a eu lieu le 11 mars dernier. Une première journée de soins gratuits a eu lieu un mois plus tard. «Pour moi, c'est un retour normal des choses, affirme la chiropraticienne. Donner au suivant, c'est naturel.» ■



La filiale du Haut-Richelieu de l'Association canadienne pour la santé mentale a lancé sa campagne de promotion de la santé mentale au Centre d'action bénévole d'Iberville.

SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE S'accorder des pauses pour dégager son esprit

MARIANNE CÔTÉ

marianne.cote@tc.tc

Pour le lancement de sa nouvelle campagne de promotion de la santé mentale, la filiale du Haut-Richelieu de l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM HR) offrira des outils de prévention aux citoyens. Son remède à la tempête: s'accorder des pauses.

«Prenez une pause, dégagez-vous l'esprit!», voilà le slogan de la 64^e Semaine nationale de la santé mentale qui se déroulera du 4 au 10 mai. Celle-ci marquera le début de la nouvelle campagne 2015-2016 lancée à travers le Canada.

Selon la directrice de l'ACSM HR, Diane St-Germain, c'est le moment où jamais d'agir, à l'heure où le train de vie des Québécois roule à toute vitesse, sans jamais s'arrêter.

«Le stress, l'anxiété et la détresse psychologique augmentent rapidement. J'invite les adultes, les retraités et les adolescents à retrouver les bienfaits d'une pause quotidienne sur l'esprit. Nous devons intervenir avant que la maladie s'installe», affirme-t-elle lors du lancement au Centre d'action bénévole d'Iberville, le 27 avril.

BOÎTE À OUTILS

Dans le cadre de la semaine nationale, la filiale du Haut-Richelieu a décidé de passer à l'action en organisant une conférence sur la santé mentale au travail.

Le conférencier, Germain Loiselle, proposera à la population des approches préventives afin de réduire le stress et l'épuisement professionnel, lors de son passage à la bibliothèque Adélaïde-Berger de Saint-Jean-sur-Richelieu, le 5 mai.

Selon des statistiques de l'ACSM, 500 000 personnes s'absentent chaque jour de leur travail à cause de problèmes de santé mentale. Les anticipations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) révèlent aussi que la dépression sera la première cause d'invalidité dans le monde d'ici 2020.

UNE ANNÉE DE PAUSE

L'ACSM et sa filiale du Haut-Richelieu «consacreront entièrement leur campagne 2015-2016 à la promotion de la pause», affirme Diane St-Germain.

L'Association vous invite à choisir la pause qui vous convient parmi 52 astuces, une pour chaque semaine, disponible sur son site Web www.etrebiendanssatete.ca. ■

Le CAB de Saint-Jean honore ses bénévoles

VALÉRIE LEGAULT

valerie.legault@tc.tc

Le Centre d'action bénévole (CAB) de Saint-Jean-sur-Richelieu a souligné l'apport de ses bénévoles lors d'un dîner de reconnaissance, à l'Hôtel Relais Gouverneur. Parmi ceux-là, l'organisme a rendu hommage à Robert Demers et Monique Huard pour leur implication particulière ici comme à l'étranger.

Après 15 ans de services dévoués, M. Demers s'apprête à prendre sa retraite du Centre d'action bénévole. À lui seul, il a accumulé 5000 heures de bénévolat pendant tout ce temps pour une seule cause: le transport des patients en hémodialyse.

Il a effectué 7500 allers-retours jusqu'à l'Hôpital du Haut-Richelieu pour permettre à ses passagers d'obtenir ces traitements essentiels à leur survie. Au total, son bénévolat lui a fait parcourir 75 000 kilomètres. Le Centre d'action bénévole de



Sur la photo, de gauche à droite: Bernard Vincent, Denise Lapalme, directrice générale du CAB, Marcel Auclair, Liette Sicotte, Claudine Dallaire Lusignan, Claudette Plouffe, Monique Marsan, Isabelle Brulotte, coordonnatrice des bénévoles, et Monique Huard. (Absent: Robert Demers.)

Saint-Jean-sur-Richelieu a décerné le titre de bénévole de l'année à Monique

Huard. Très impliquée dans la clinique d'impôt du CAB, elle part chaque

année à l'étranger pour offrir son aide à une mission humanitaire. ■