

sur place.



Inondations au Sri Lanka:
aide d'urgence

Votre don sauve des vies



Lorsque des catastrophes frappent nos projets de santé, nos collaborateurs sur place réagissent immédiatement. Comme nous avons mis en place un fonds d'aide d'urgence pour chaque projet, des bâches, des tentes, des désinfectants, des colis alimentaires et des médicaments peuvent être fournis dès les premières heures de la crise. Vous contribuez ainsi à garantir la prise en charge médicale des personnes défavorisées, même en cas de crise.



Avec une contribution de **80 francs**, vous financez par exemple **100 tapis de sol** pour les personnes touchées dans les zones inondées. Vous contribuez ainsi à améliorer la santé des personnes dans les zones de crise.



Avec une contribution de **140 francs**, vous permettez par exemple à cinq professionnels de santé de suivre **une formation de cinq jours** sur les maladies tropicales négligées et la **prévention de la fièvre du rat**. Vous contribuez ainsi à endiguer les maladies favorisées par les inondations.



Avec une contribution de **280 francs**, vous permettez par exemple de fournir des **colis d'aide d'urgence** contenant des denrées alimentaires, des bougies, des produits anti-moustiques et des désinfectants à 20 ménages. Vous contribuez ainsi à améliorer l'alimentation et la santé des populations dans les zones de crise.



Faites un don:

2	Votre don a un impact
3	Éditorial
	Actualités
4	Les soins de santé sous les eaux – Reconstruction après le cyclone Ditwah
6	Les cyclones comme Ditwah vont-ils se multiplier?
6	Essor grâce aux algues marines
7	Une journée dans la vie de Mary Janani, cultivatrice d'algues
8	Les soins de santé à Kilinochchi – Questions au médecin-chef de l'hôpital divisionnaire de Poonakary
9	Comment se portent Gnanamma et Sebastian?
	Santé et voyages
10	De l'ayurveda à la rage – Ce qu'il faut savoir avant de partir au Sri Lanka
	Focus
12	Fake news? Entre stérilisation forcée et autodétermination
	FAIRMED s'engage
14	«L'autonomisation est la clé de toute aide»
15	Actualités
16	Faire le bien au-delà de la mort

Mentions légales

FAIRMED, Aarberggasse 29, Case postale, CH-3001 Berne
Téléphone +41 (0)31 311 77 97, info@fairmed.ch, fairmed.ch

Rédaction: Saskia van Wijkoop, Arno Meili, David Maurer
Photos: Sujeewa da Silva, Karin Scheidegger, FAIRMED.
Conception: Disegnato GmbH, Ittigen
Impression: Stämpfli AG, Berne

Magazine trimestriel de FAIRMED. Abonnement compris à partir d'un don de 5 francs.

Photo en page de couverture: Mary Janani, productrice d'algues du village de Valaipadu, dans la province septentrionale de Kilinochchi.

Langage inclusif
chez FAIRMED:



Chères lectrices, chers lecteurs

Vous vous souvenez sans doute du tsunami dévastateur qui a ravagé une grande partie du Sri Lanka en 2004 et coûté la vie à d'innombrables personnes. Le cyclone Ditwah, qui a provoqué des inondations dans une grande partie du pays en décembre dernier, a certes coûté moins de vies humaines, mais ses conséquences sont plus importantes, car plus de 100'000 foyers ont été touchés et plus de 230'000 personnes ont fui les inondations. Les infrastructures sanitaires ont été gravement endommagées, des hôpitaux entiers ont dû fermer et nous avons encore des difficultés à nous procurer de l'oxygène, des antibiotiques et des médicaments vitaux en raison de l'interruption des chaînes d'approvisionnement.

Nous sommes infiniment heureux et reconnaissants que vous souteniez notre travail même en temps de crise. Avec l'aide de nos collaborateurs sur place, nous avons ainsi pu distribuer jusqu'à présent 600 bâches, 800 nattes, 400 matelas isolants, 300 draps, 500 colis alimentaires ainsi que des bougies, des produits antimoustiques et des désinfectants. Et c'est précisément en période de crise que l'importance et la durabilité de notre travail dans la formation du personnel médical est essentielle. Elle sert à sensibiliser les médecins, le personnel soignant, la population de Jaffna et de Kilinochchi aux dangers de la fièvre du rat – une maladie potentiellement mortelle qui sévit souvent à la suite d'inondations. Heureusement, le pire a pu être évité jusqu'à présent.

Dans ce magazine, vous découvrirez comment nos collègues au Sri Lanka ont réussi à venir en aide aux populations des zones inondées. Vous découvrirez également le potentiel de la culture des algues marines pour améliorer le climat et nourrir l'humanité. Vous découvrirez également si les cyclones violents (tels que «Ditwah») vont se multiplier à l'avenir. Vous apprendrez également si vous devez vous faire vacciner contre la rage lorsque vous voyagez au Sri Lanka; et ce qu'il en est exactement du scandale international autour des femmes de Kilinochchi.

Je vous remercie sincèrement pour votre soutien!
Newatha Hamuvemu*

Nayani Suriyarachchi,
coordinatrice nationale FAIRMED Sri Lanka

*En cingalais: «À bientôt»



Les soins de santé sous les eaux – Reconstruction après le cyclone Ditwah

Début décembre, le cyclone Ditwah a laissé une traînée de dévastation au Sri Lanka. Des pluies torrentielles et des glissements de terrain ont emporté des villages entiers. Plus de 600 personnes ont perdu la vie, plus de 100'000 maisons ont été détruites ou gravement endommagées et environ 230'000 personnes se sont soudainement retrouvées sans abri. Grâce à nos relations étroites avec les autorités locales, nous avons pu réagir rapidement et venir en aide aux personnes touchées pendant ces heures difficiles.

Les participants à nos projets à Jaffna et Kilinochchi nous témoignent de moments terribles en nous racontant comment les pluies incessantes ont fait monter le niveau de l'eau en très peu de temps, comment l'eau a envahi leurs maisons et comment ils ont été contraints de fuir dans la panique. Ils ont tout laissé derrière eux. «Nous avons dû nous réfugier dans une école pendant cinq jours», raconte Mary Janani, cultivatrice d'algues du village de Valaipadu. «Nous n'avons pas pu mettre nos biens en sécurité. Beaucoup d'entre nous ont attrapé la fièvre et la grippe, et nous avons très peur d'autres maladies telles que la fièvre du rat, qui surviennent souvent après des inondations. À cela s'est ajouté l'effondrement total des réseaux électriques et des communications. Les téléphones ne fonctionnaient plus, les informations ne pouvaient plus être échangées, l'aide était pratiquement inaccessible. «Nous nous sentions coupés du monde extérieur, livrés à nous-mêmes dans une situation précaire.»

Évacuation des hôpitaux

Dans le même temps, l'accès aux soins médicaux était fortement limité pour de nombreuses personnes. Les inondations ont entraîné des perturbations massives

dans le système de santé sri-lankais: les infrastructures ont été endommagées et le fonctionnement des hôpitaux a été considérablement perturbé. Plusieurs établissements de santé ont été touchés, certains si gravement qu'ils ont dû être évacués ou complètement fermés, explique Nayani Suriyarachchi, qui dirige le bureau de FAIRMED au Sri Lanka. Les chaînes d'approvisionnement se sont également partiellement effondrées: l'oxygène, les antibiotiques et les médicaments vitaux sont venus à manquer. Dans certaines régions, des communautés entières se sont soudainement retrouvées complètement privées de soins médicaux.

Dans le but d'aider les personnes en situation d'urgence, FAIRMED a immédiatement fourni un soutien d'urgence. Grâce à une collaboration étroite et de longue date avec des partenaires gouvernementaux, le secrétariat du district s'est directement adressé à FAIRMED pour demander de l'aide. En quelques heures, nous avons fourni les biens de première nécessité: 600 bâches, 800 nattes, 400 matelas isolants, 300 draps, 500 colis alimentaires ainsi que des bougies, des produits anti-moustiques et des désinfectants. Ces biens de première nécessité ont ensuite été distribués aux familles touchées par l'inter-

Voici comment nous avons aidé

Jusqu'à présent, nous avons distribué

- 600 bâches
- 800 nattes
- 400 matelas isolants
- 300 draps
- 500 colis alimentaires contenant du riz, des lentilles et de l'huile, des bougies, des produits anti-moustiques et des désinfectants



médiaire des autorités – une première étape importante pour redonner espoir au milieu du désespoir.

La crise continue

Pour de nombreuses familles, la crise n'est toutefois pas encore terminée. Les plus durement touchés sont ceux qui n'avaient déjà peu de réserves et dont les moyens de subsistance sont désormais en partie complètement détruits: les inondations ont détruit les récoltes, emporté le bétail et endommagé le matériel de pêche. Les inondations sont survenues juste au moment de la saison des semailles, explique Nayani Suriyarachchi. Si les semailles ne peuvent avoir lieu, les revenus et la nourriture feront défaut jusqu'à la saison suivante. Les autorités mettent donc déjà en garde contre une crise alimentaire imminente. Si les denrées alimentaires viennent à manquer et que les prix augmentent, de nombreuses familles parmi les plus pauvres pourraient ne plus avoir les moyens de s'acheter les produits de première nécessité.

Mais les difficultés ne s'arrêtent pas là. Dans plusieurs régions touchées, les canalisations d'eau et les systèmes d'égouts sont endommagés ou détruits. L'eau potable est rare et les installations sanitaires font défaut. Cela augmente le risque de maladies dangereuses telles que la leptospirose (également appelée fièvre du rat – voir aussi page 9), la dengue et les maladies diarrhéiques, ce qui constitue une menace supplémentaire pour les com-

munités affaiblies. Les bénéficiaires des projets FAIRMED sont également directement touchés.

Une aide supplémentaire est nécessaire

Le besoin d'aide reste intact, déclare Medoshan Perera, coordinateur des projets de santé FAIRMED dans la province septentrionale de Kilinochchi. Beaucoup de gens ont perdu tout ce qui leur assurait un revenu. Ils ont besoin de soins médicaux, d'aide pour reconstruire leurs maisons et d'un accès urgent à l'eau potable et à des installations sanitaires. Dans le même temps, nous devons immédiatement les informer sur les maladies transmises par l'eau, telles que la diarrhée et la leptospirose.



FAIRMED apporte une aide d'urgence

Qu'il s'agisse d'un tsunami, d'un tremblement de terre ou d'une guerre civile, FAIRMED a souvent été témoins, dans le cadre de nos projets, de ce que les populations doivent endurer dans les situations d'urgence. Il est donc extrêmement important pour nous de pouvoir réagir rapidement et sans formalités administratives aux crises et aux catastrophes dans le cadre de nos projets.

Cela n'est possible que parce que nous mettons à disposition un fonds d'aide d'urgence pour chaque projet et que ce sont des personnes sur place qui mènent à bien nos projets. Elles vivent à proximité des zones touchées et peuvent réagir à de nouveaux défis en quelques heures. Ils n'ont pas besoin de venir de loin, ils sont déjà sur place. Ils disposent également d'un bon réseau avec les autorités locales et savent comment organiser immédiatement l'approvisionnement en nourriture, en vêtements et en médicaments.



Les cyclones comme Ditwah vont-ils se multiplier?

Le climatologue Thomas Stocker, professeur émérite au Centre Oeschger pour la recherche sur le changement climatique de l'Université de Berne, nous donne des informations.



Photo: Fridolin Walcher

FAIRMED sur place: Le cyclone Ditwah, qui a provoqué les inondations, est-il encore la norme ou les fortes pluies sont-elles une conséquence du changement climatique?

Thomas Stocker: L'intensité de ces cyclones est fortement influencée par la température de la surface de l'océan, ici l'océan Indien au sud du Sri Lanka. Avec le réchauffement climatique, ces températures augmentent de manière générale. Mais le statut des cycles de variation naturels tels que El Niño et le «dipôle de l'océan Indien» est également important. Lorsque ces deux phénomènes coïncident à un certain moment, comme ce fut le cas en novembre 2025, les précipitations sont particulièrement violentes. De plus, les températures de surface étaient environ 0,2°C plus élevées que la moyenne de 1991 à 2020, ce qui a également amplifié les événements extrêmes.

Des phénomènes tels que le cyclone Ditwah vont-ils se multiplier?

Oui, c'est probable, et les systèmes d'alerte précoce pour de tels événements deviennent donc une priorité. Non pas pour les voyageurs, qui peuvent rentrer chez eux à tout moment, mais pour les centaines de millions de personnes qui vivent dans ces régions et ne peuvent pas simplement disparaître.

Que pensez-vous de l'affirmation, telle qu'elle a été rapportée par exemple dans le magazine Tamedia, selon laquelle les algues marines stabilisent le climat, nourrissent l'humanité et pourraient ainsi sauver le monde?

Je suis toujours sceptique lorsqu'une mesure particulière est présentée comme «le remède contre le changement climatique». Il n'existe pas de mesure simple et peu coûteuse, mais toute proposition raisonnable, comme celle-ci, est utile. Cependant, de telles promesses détournent l'attention du fait que sans l'élimination rapide et complète des combustibles fossiles, la stabilité climatique est inaccessible. Donc: outre toutes les mesures judicieuses, l'abandon du charbon, du pétrole et du gaz et leur remplacement par des énergies renouvelables restent la priorité absolue!

Essor grâce aux algues marines

FAIRMED s'engage depuis trois ans dans les villages de Valaipadu, Kiranchi et Veravil. Dans le cadre du projet de santé Vaiharai, FAIRMED forme le personnel de santé aux maladies tropicales négligées telles que la lèpre, anime des groupes d'entraide pour les femmes, soutient les personnes handicapées et la population dans la culture des algues marines. Medoshan Pereira, collaborateur responsable chez FAIRMED, nous en parle.

FAIRMED sur place: comment les villages en sont-ils venus à cultiver des algues?

Medoshan Pereira: En 2012, l'entreprise Hayleys a introduit la culture des algues marines dans les trois villages. Les habitants ont ainsi appris à cultiver des algues marines, ce qui a généré un flux de trésorerie considérable dans les villages. Même le gouvernement sri-lankais est surpris et envisage désormais d'étudier d'autres zones côtières pour la culture d'algues marines.

Pourquoi FAIRMED s'implique-t-elle dans la culture d'algues?

Jusqu'à il y a trois ans, une petite organisation aidait les villageois à cultiver des algues. Lorsqu'elle a dû se retirer, elle nous a demandé si nous pouvions prendre le relais. Étant donné que les soins de santé dans la région (voir pages 8–9) sont insuffisants et directement liés à la sécurité des revenus de la population locale vivant dans des zones reculées, nous avons décidé de soutenir la production d'algues.

Comment FAIRMED soutient-elle exactement la culture des algues?

Le matériel initialement fourni par la société Hayleys pour la culture des algues a été fortement endommagé par les pluies de mousson et les inondations. Nous avons donc financé l'achat de nouveaux filets, bouées, bâches et cordes.





Une journée dans la vie de Mary Janani, productrice d'algues

Âgée de 39 ans, Mary Janani est mariée et mère de deux enfants âgés de 12 et 16 ans. Elle travaille depuis 12 ans comme productrice d'algues.

FAIRMED sur place: Peux-tu nous raconter comment la culture d'algues a commencé dans ton village?

Un employé de Hayleys a installé un hangar au milieu du village, est venu nous voir, nous a parlé de l'utilisation des algues et nous a expliqué comment on pouvait les utiliser, par exemple pour fabriquer des gelées. Nous avons été formés à la culture et nous la pratiquons depuis lors de manière continue.

Combien de temps par jour passes-tu dans la mer pour cultiver les algues?

Je vais à la mer à 8 heures du matin, après avoir fini de cuisiner ici et envoyé ma fille à l'école. Je reviens à midi, puis je repars à 14 heures et je reste à la mer jusqu'à 18 heures.

Es-tu dans l'eau aussi longtemps tous les jours?

Pas nécessairement tous les jours, mais au moins tous les deux ou trois jours. C'est un travail qui se fait par rotation: nous mettons les algues dans la mer, nous les retournons, nous enlevons les saletés qui se sont accumulées, nous les ramenons et nous les séchons. Certains jours, cela prend beaucoup de temps, mais pas tous les jours.

Combien de jours par mois êtes-vous occupée à plein temps à la culture des algues?

Environ quatre à cinq jours, cela dépend. Nous allons tous les jours dans la mer, mais pendant que les algues poussent, nous devons seulement enlever les saletés, ce qui ne prend pas beaucoup de temps: une heure maximum le matin et le soir. Mais tous les 18 à 30 jours, selon les conditions météorologiques saisonnières, nous sommes à plein temps au bord de la mer, à l'exception des moments consacrés à la cuisine et aux tâches ménagères.

À quelle heure te lèves-tu et te couches-tu en moyenne?

Je me lève à quatre heures du matin, je m'occupe des tâches ménagères, je prépare le petit-déjeuner et le déjeuner, j'aide ma fille à préparer ses affaires pour l'école, puis je suis à la mer à huit heures du matin. Après 18 heures, j'aide ma fille à faire ses devoirs, je dîne, puis je me couche à 22 heures.

Outre les possibilités d'emploi pour les femmes dans vos villages, il y a la culture des algues. Y a-t-il d'autres possibilités pour les femmes de gagner leur vie ici?

Certaines femmes sont couturières. D'autres font de l'agriculture, ou plutôt cultivent des légumes dans leurs petits potagers. Il n'y a pas beaucoup d'autres possibilités.

Et les hommes?

Ils sont principalement pêcheurs. Certains font des travaux de maçonnerie et de construction lorsqu'ils trouvent des contrats, mais c'est plutôt rare car nous vivons très loin de la ville.

Combien gagnez-vous grâce à la culture des algues?

En tant que villageois, nous n'avons aucun pouvoir de négociation avec les entreprises d'algues. Notre acheteur actuel, Marine Lanka, nous paie 250 roupies sri-lankaises par kilogramme d'algues séchées, et à Colombo, ils revendent le kilo 1'500 roupies. Nous n'avons pas réussi à négocier un meilleur prix, bien que nous ayons acheté des séchoirs supplémentaires, car ils nous ont dit que les algues que nous séchions sur des bâches sur le sol de la plage étaient trop sales. Nous vendons désormais les algues humides 60 roupies le kilo, ce qui est plus rentable pour nous, car il faut huit à neuf kilos d'algues humides pour produire un kilo d'algues séchées.

Comment perçois-tu le soutien de FAIRMED dans la culture des algues?

FAIRMED nous a beaucoup aidés. Non seulement nous avons enfin pu remplacer nos outils usés et cassés, mais l'accompagnement professionnel dans l'organisation en tant que collectif nous est également très utile. Medoshan Pereira, collaborateur de FAIRMED, rend régulièrement visite à notre collectif d'algues et organise avec nous des exercices visant à renforcer la communauté. Cela nous permet de bien fonctionner, de nous rencontrer régulièrement, d'agir de manière responsable et transparente, afin de pouvoir continuer à nous développer en tant que communauté.

Les algues peuvent-elles sauver le monde?

Les algues sont considérées comme une «technologie» verte prometteuse pour faire face aux crises mondiales dans les domaines du climat, de l'alimentation et de l'énergie. Elles sont considérées comme les super-héros des mers, car elles peuvent fixer le CO₂ 50 fois plus efficacement que les plantes terrestres. Les algues marines produisent environ la moitié de l'oxygène mondial. Cette plante pourrait devenir le super-aliment du futur: elle est riche en protéines, vitamines, minéraux et acides gras oméga-3. Comme la culture des algues ne nécessite ni terres agricoles, ni pesticides, ni eau douce, elle est extrêmement durable.

<https://www.safeseaweedcoalition.org/>



Les soins de santé à Kilinochchi – Questions au médecin-chef de l'hôpital divisionnaire de Pookonary

Le Dr. T. Dushyanthan dirige depuis cinq ans l'hôpital divisionnaire de Poonakary, l'établissement de santé le plus proche des villages de Valaipadu, Kiranchi et Veravil, Kilinochchi.

FAIRMED sur place: Comment collaborez-vous avec FAIRMED?

Dr. T. Dushyanthan: Je participe régulièrement aux programmes d'information organisés par FAIRMED à l'intention des médecins et du personnel soignant sur les maladies tropicales négligées. Ces derniers mois, j'ai travaillé en étroite collaboration avec l'organisation pour identifier les cas de leptospirose* et de lèpre dans les communautés locales. Nous organisons également régulièrement des formations de sensibilisation à ces maladies, tant pour le personnel médical que pour les villageois soutenus par FAIRMED.

Pourquoi est-il important d'identifier la fièvre des rats (qui ne fait pas partie des maladies tropicales négligées, note de la rédaction)?

Les agriculteurs y sont particulièrement exposés, car ils marchent pieds nus dans des champs boueux et humides. Afin de sensibiliser la population à la fièvre du rat, nous nous rendons directement dans les villages et allons à la rencontre des gens, plutôt que de leur demander de venir à nous. FAIRMED est l'organisation qui rend cela possible. Elle forme d'abord les médecins et le personnel médical clé, puis nous permet de sensibiliser directement les communautés.

Quelle est la prévalence de la lèpre à Kilinochchi?

Elle est en fait assez faible, mais notre principal problème est que les gens ont peur de la stigmatisation et ne vont pas chez le médecin. Lorsque des symptômes apparaissent, ils essaient de cacher les signes de la maladie aussi longtemps que possible. C'est désastreux, car la lèpre serait relativement facile à traiter à un stade précoce. Non traitée, la lèpre entraîne de graves lésions nerveuses et des handicaps chez les personnes touchées. Elles perdent la vue et la sensibilité dans les mains et les pieds. Dans le pire des cas, la lèpre entraîne la perte de membres entiers. FAIRMED forme le personnel médical au dépistage précoce et à la prévention de la lèpre, afin que nous puissions sensibiliser les gens à cette maladie. Nous les encourageons à accepter l'aide médicale, à effectuer des tests et à briser les chaînes de contamination en testant les proches et les voisins des personnes malades.

Travaillez-vous dans d'autres domaines avec FAIRMED?

FAIRMED est la seule organisation humanitaire du nord du Sri Lanka qui s'engage dans le domaine de la santé. Elle accomplit un travail inestimable pour combler les lacunes en matière de soins de santé. FAIRMED veille à

sensibiliser les communautés défavorisées aux maladies. Mais l'engagement de FAIRMED est également indispensable pour améliorer la santé mentale de la population! L'organisation soutient non seulement les personnes handicapées à la suite de la guerre, mais aussi les jeunes du nord du pays.

Pourquoi les jeunes ont-ils besoin d'aide?

Ils manquent souvent d'un environnement sûr dans lequel ils peuvent s'épanouir. Cela peut aller dans deux directions extrêmes: soit ils sont tout le temps laissés sans surveillance à la maison parce que leurs deux parents sont partis travailler, soit, au contraire, ils sont tellement surveillés par leurs parents qu'ils ne peuvent pratiquement pas faire un pas tout seuls. FAIRMED a créé des centres pour jeunes à Jaffna et Kilinochchi, où les jeunes peuvent venir après l'école pour jouer, faire du sport, mais aussi demander conseil. Cela permet d'aborder et de résoudre les principaux problèmes des jeunes du nord: toxicomanie, décrochage scolaire, grossesses précoces.

La fièvre du rat

La fièvre du rat, à ne pas confondre avec la fièvre par morsure de rat, est une variante de la leptospirose. Dans le cas de cette zoonose, des bactéries du genre *Leptospira* sont transmises à l'homme par l'urine, le sang ou les tissus d'animaux infectés. Les symptômes chez les personnes malades sont similaires à ceux de la grippe, mais peuvent également entraîner la mort.

À propos du projet

Grâce au projet de santé «Vaiharai» (qui signifie «aurore» et «espoir» en tamoul) dans le nord du Sri Lanka, nous avons déjà accompli beaucoup de choses depuis le lancement du projet début 2023.

Avec votre soutien, nous avons réussi à améliorer considérablement les soins de santé des personnes défavorisées dans les districts de Jaffna et Kilinochchi. Le personnel de santé est formé et sensibilisé à l'importance de la lutte au traitement précoce des maladies tropicales négligées telles que la lèpre. Les personnes handicapées ont plus facilement accès à des aides techniques, à un soutien et à l'autonomie. Les femmes seules ont plus de chances de subvenir aux besoins de leur famille. Les personnes vivant dans des régions isolées bénéficient de meilleures possibilités d'examen et de traitement.

Comment se portent Gnanamma et Sebastian?



Gnanamma, qui a subi de graves brûlures sur tout le corps à la suite d'un bombardement pendant la guerre (nous en avons parlé dans le magazine de septembre 2024), gère une jardinerie à Kilinochchi avec le soutien de FAIRMED et en collaboration avec d'autres femmes blessées pendant la guerre. «Je suis très reconnaissante à FAIRMED, qui nous aide pour le transport à l'hôpital, la physiothérapie et toutes les questions relatives à notre exploitation horticole. Grâce au soutien de FAIRMED, nous pouvons désormais gagner de l'argent et subvenir à nos besoins!»



Sebastian Satheeskumar, originaire de Kilinochchi, est paraplégique depuis la guerre. Il ne peut plus tenir son kiosque (nous en avons parlé dans notre numéro de septembre 2024) et son fils a repris l'affaire. «Mon état s'est aggravé, je suis actuellement alité en permanence», explique Sebastian. Heureusement, FAIRMED m'aide à suivre les traitements complexes et à obtenir des analgésiques. Les entretiens réguliers lors des visites à domicile m'aident également à ne pas désespérer et à ne pas perdre espoir!»

De l'ayurvéda à la rage – ce qu'il faut savoir avant de partir au Sri Lanka

Le Dr. Anna Eichenberger, médecin spécialiste des voyages à l'Hôpital de l'Île de Berne, explique ce qu'il faut mettre dans sa trousse à pharmacie avant de partir au Sri Lanka, pourquoi elle-même souhaite s'y rendre et ce qu'elle pense de l'ayurvéda, une méthode de guérison ancestrale.

FAIRMED sur place: que mettriez-vous dans votre valise pour prévenir les maladies avant de partir au Sri Lanka?

Anna Eichenberger: J'emporterais sans hésiter un spray anti-moustiques pour la peau et les vêtements, de la crème solaire, un thermomètre, du désinfectant et des pansements, ainsi qu'une trousse à pharmacie contenant du paracétamol contre la fièvre et la douleur, des électrolytes en poudre ou du bouillon en cas de diarrhée, un antiallergique et un remède contre le mal des transports. Personnellement, j'emporte toujours un petit Ragusa pour me remonter le moral. Si vous avez besoin de médicaments personnels, il est conseillé de les transporter dans votre bagage à main avec une liste délivrée par votre médecin, sinon vous risquez d'avoir des problèmes à la douane.

Êtes-vous déjà allée au Sri Lanka?

Je n'ai malheureusement jamais visité ce pays, mais il figure en tête de ma liste de destinations rêvées! J'ai déjà donné de nombreux conseils de voyage pour le Sri Lanka. De plus, une bonne amie d'université a fui le Sri Lanka pour l'Allemagne lorsqu'elle était enfant. Elle a hérité de nombreuses recettes de ses parents et est elle-même une excellente cuisinière, ce qui m'a permis de déguster à plusieurs reprises de délicieuses spécialités sri-lankaises. Une autre amie séjourne actuellement au Sri Lanka avec sa famille et ses deux enfants et en revient enchantée. En raison du cyclone, ils ont dû modifier leur itinéraire, mais ils sont restés dans le pays afin de soutenir la population. Cette amie m'a récemment écrit pour me dire qu'elle était ravie que je lui aie conseillé de se faire vacciner contre la rage, car ils côtoyaient constamment des chiens, des chats et d'autres animaux. La seule chose qui semblait manquer jusqu'à présent dans sa trousse à pharmacie au Sri Lanka était un remède contre le mal des transports, dont elle aurait pu avoir besoin lors d'une excursion en bateau pour observer les dauphins.

Quels vaccins recommandez-vous aux voyageurs se rendant au Sri Lanka?

D'une part, il convient de vérifier les vaccinations de base conformément au calendrier vaccinal suisse et, le cas échéant, de les renouveler. Il s'agit par exemple des vaccins contre le tétanos et la rougeole. Un vaccin contre l'hépatite A est certainement recommandé pour ce voyage. En outre, un vaccin contre la typhoïde est recommandé si vous prévoyez un séjour prolongé

et des visites à des amis ou à des parents locaux, ainsi qu'un vaccin contre l'encéphalite japonaise si vous prévoyez de séjourner plus de quatre semaines dans des zones rurales. En cas d'épidémies actuelles, le nouveau vaccin contre la fièvre chikungunya transmise par les moustiques est recommandé, ainsi qu'un vaccin contre la dengue, en particulier si vous avez déjà contracté la dengue et si vous prévoyez un séjour prolongé. Le vaccin contre la rage est laissé à la discrétion du médecin. Le virus est transmis par la morsure ou la griffure d'animaux tels que les chiens errants et peut entraîner la mort. En cas de morsure, le stress peut être important, car il est alors recommandé de se faire vacciner avec un vaccin passif et actif dans les 24 heures, ce qui peut représenter un défi logistique majeur.

Quelles sont les maladies les plus courantes que vous rencontrez chez les personnes qui reviennent du Sri Lanka?

Nous voyons souvent des maladies diarrhéiques, des infections cutanées ou, parfois, des maladies transmises par les moustiques, comme la dengue.

Que pensez-vous de la méthode de guérison ayurvédique, pour laquelle de nombreux touristes se rendent au Sri Lanka?

Je trouve que l'ayurvéda est une méthode de guérison alternative très intéressante, qui peut avoir beaucoup d'effets bénéfiques. Le principe d'approche holistique et d'équilibre entre le corps, l'esprit et l'âme est peut-être ce qui fait parfois défaut à la médecine conventionnelle. L'alimentation et les massages en sont également une très belle composante. J'aimerais bien essayer l'ayurvéda si j'étais au Sri Lanka.

Que souhaiteriez-vous ajouter à ce que je n'ai pas encore demandé?

Il est certainement important de s'inscrire à temps pour la consultation de voyage avant le départ. Je vous recommande également de vous inscrire sur l'application «Travel Admin» du Département fédéral des affaires étrangères (DFAE).

Liste pour la trousse à pharmacie

- ☐ Spray anti-moustiques pour la peau et les vêtements
- ☐ Crème solaire
- ☐ Thermomètre
- ☐ Désinfectant
- ☐ Paracétamol contre la fièvre
- ☐ Poudre électrolytique
- ☐ Antiallergique
- ☐ Médicament contre le mal des transports
- ☐ Médicaments personnels avec confirmation médicale
- ☐ Ragusa



Vaccinations recommandées pour le Sri Lanka*

- ✓ Rappel des vaccinations de base telles que le tétanos et la rougeole
- ✓ Hépatite A
- ✓ Typhus*
- ✓ Encéphalite japonaise*
- ✓ Fièvre chikungunya**
- ✓ Dengue*
- ✓ Rage*

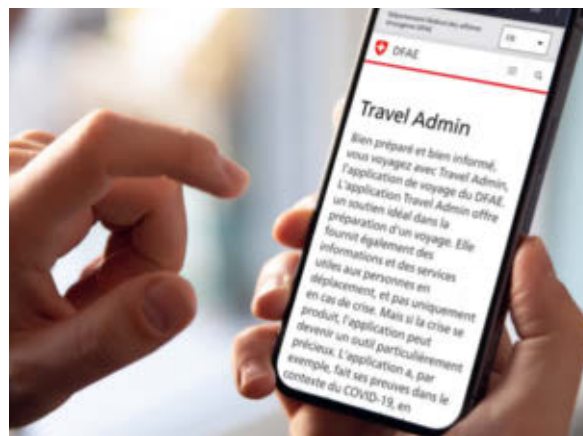
* en fonction de la durée/du type de voyage
(et pour la dengue, en particulier en cas d'infection antérieure)
** en cas d'épidémies actuelles

La médecine traditionnelle ayurvédique

En sanskrit, «ayurveda» signifie «science de la vie». Cette méthode thérapeutique vieille de près de 2000 ans est originaire d'Inde et repose sur l'harmonie des trois énergies vitales, appelées «doshas», qui sont Vata, Pitta et Kapha. Pour équilibrer ces trois énergies, l'Ayurveda utilise des massages, des herbes, l'alimentation, le yoga et la méditation. L'Ayurveda ne se concentre pas sur les symptômes des maladies, mais sur leurs causes, et prend en compte le corps, l'esprit et la spiritualité.

Application de voyage du DFAE

Télécharger, s'inscrire et enregistrer son voyage: grâce à ces étapes simples, les voyageurs suisses peuvent voyager en toute sécurité. Le Département fédéral des affaires étrangères (DFAE) contacte les voyageurs en cas de crise et leur fournit des informations importantes. L'application permet également de stocker des consignes de sécurité, des listes de contrôle, des documents, des itinéraires et des contacts.



www.eda.admin.ch/traveladmin-fr

Médecine des voyages à l'Hôpital de l'Île de Berne
Polyclinique d'infectiologie
Anna-Seiler-Haus, Freiburgstrasse 20, 3010 Berne
031 632 25 25



Hôpital universitaire de Berne



Anna Eichenberger, médecin spécialiste des voyages à l'Hôpital de l'Île de Berne

Fake news? Entre stérilisation forcée et autodétermination

Les trois villages isolés de Valaipadu, Kiranchi et Veravil, dont nous parlons aux pages 4 à 9 et qui sont situés dans la zone marécageuse aride de la côte nord-ouest à Kilinochchi, ont fait la une des journaux internationaux en 2012. Comme le rapporte la journaliste tamoule Thulasi Muttulingam, qui a effectué pour nous les recherches et les interviews pour ce magazine, la couverture médiatique mondiale du scandale de la contraception forcée des femmes à Kilinochchi était tergiversée.

Selon Thulasi Muttulingam, les médias internationaux se sont basés sur des informations erronées: «La presse mondiale a rapporté que des médecins cinghalais avaient contraint les femmes tamoules des villages à se faire stériliser. La situation était tout autre, comme je le sais de première main, car je travaillais à l'époque comme journaliste pour le quotidien «Daily Mirror» à Colombo. À la fin de la guerre civile, les trois villages étaient complètement détruits, il n'y avait ni électricité, ni eau, la faim et la pauvreté la plus noire régnaient. Il n'y avait plus d'hôpital ni de soins de santé», explique Thulasi Muttulingam. «Les hommes qui travaillaient comme pêcheurs rapportaient à peine de quoi vivre, beaucoup sombrèrent dans l'alcoolisme, de nombreuses mères se suicidèrent, certaines tuèrent même leurs enfants, car elles ne voyaient aucun moyen de les nourrir. D'autres mères sont mortes en couches parce qu'elles étaient sous-alimentées et n'avaient pas reçu de soins médicaux.»

Des mensonges par peur de la violence

«Face à cette situation désespérée, les femmes des trois villages ont demandé aux médecins, lors d'un examen médical local, de leur poser des implants contraceptifs dans les bras», poursuit Thulasi Muttulingam. «Certains maris, qui étaient partis pêcher en mer pendant la journée où les examens médicaux ont eu lieu, se sont mis en colère le soir en apprenant que leurs femmes avaient pris elles-mêmes des mesures contraceptives et les ont battues. C'est pourquoi certaines femmes ont

recouru à un mensonge pieux et ont déclaré avoir été contraintes par les médecins à utiliser un moyen de contraception, afin de se protéger contre de nouvelles violences de la part de leurs maris!»

Un médecin tamoul se bat pour sauver la vie des femmes

«Ces fausses informations ont provoqué un scandale international, des pétitions ont été envoyées jusqu'à Genève, l'Église catholique est intervenue et le président de l'organisation Groundviews a qualifié ces événements de génocide hindou contre les chrétiens», poursuit Thulasi Muttulingam. «Le ministre de la Santé de Kilinochchi de l'époque, le Dr Karthikeyan, qui supervisait les campagnes de contraception dans les villages, était un médecin tamoul qui avait perdu sa propre femme pendant la guerre lors de l'accouchement et s'était donné pour mission personnelle de réduire la mortalité maternelle dans la région. Et grâce à lui, la mortalité maternelle a effectivement diminué dans cette région isolée et sous-alimentée en seulement trois ans après la fin de la guerre!»

Les villages brillent d'un nouvel éclat

Lorsque Thulasi Muttulingam se rend dans les villages de Valaipadu, Kiranchi et Veravil en 2025 pour mener des interviews pour ce magazine, elle est surprise: «Le trajet en voiture depuis la ville de Kilinochchi dure certes encore plus d'une heure et traverse un no man's land fantomatique, des marécages calcaires



s'étendant sur des kilomètres, mais lorsque nous nous sommes approchés du village, j'ai vu une végétation luxuriante, les couleurs vives de fleurs et de fruits tropicaux, un paysage de maisons peintes en couleurs vives au milieu de jardins magnifiquement aménagés. Les enfants couraient et jouaient joyeusement, et ils me semblaient avoir une taille et un poids normaux pour leur âge, contrairement aux silhouettes amaigries et voûtées au milieu d'un paysage dévasté avec des cabanes délabrées que j'avais rencontrées dix ans auparavant.»



Mary Janani en prière dans l'église de Valaipadu. Son village fait partie d'une enclave catholique.



Thulasi Muttulingam

Thulasi Muttulingam, une Tamoule, est née à Jaffna. Elle a fui avec sa famille aux Maldives pendant la guerre civile et est revenue à Jaffna après la fin du conflit. Elle a travaillé comme journaliste, notamment pour le célèbre quotidien «Daily Mirror» à Colombo. Aujourd'hui, elle est professeure d'anglais et journaliste indépendante et a réalisé pour FAIRMED des interviews avec des personnes participant aux projets FAIRMED au Sri Lanka en 2023 et 2025.





«L'autonomisation est la clé de toute aide»

Marc Matter est professeur d'anglais des affaires et directeur du centre de langues de la Haute école d'économie de Fribourg. Il vit avec sa famille à Ittigen, près de Berne, et soutient FAIRMED. À 55 ans, il explique ce qui est important pour lui en matière de soins de santé durables et ce qu'il fait lui-même pour rester en bonne santé.

FAIRMED sur le terrain: pourquoi vous engagez-vous pour FAIRMED?

Marc Matter: D'une manière générale, le travail de FAIRMED me réjouit et m'encourage beaucoup. Parmi les nombreuses bonnes actions menées par FAIRMED, je suis particulièrement convaincu par le fait que l'organisation forme des agents de santé sur place. Pour moi, cette autonomisation est l'alpha et l'oméga de toute aide: si l'on peut offrir aux personnes défavorisées la possibilité de décider, d'organiser et de développer quelque chose par elles-mêmes, si nous ne contrôlons plus ces activités, mais que ce sont les personnes elles-mêmes qui le font. Car elles savent mieux que quiconque ce qu'il faut faire, comment l'aide doit se présenter dans leur domaine de vie et ce dont les personnes sur place ont besoin.

Les projets de santé de FAIRMED fonctionnent effectivement selon ce principe. Pourquoi est-il important pour vous que les personnes pauvres et défavorisées aient également accès à des soins de santé équitables?

Je trouve cela tout simplement juste. Il y a de nombreuses raisons à cela, par exemple l'humanité, l'empathie et l'éthique. Mais peut-être que mon engagement en faveur de soins de santé équitables pour les personnes pauvres et défavorisées remonte à des expériences personnelles. Au début des années 90, peu après la chute du dictateur roumain Nicolae Ceaușescu, j'ai pu constater de mes propres yeux, en aidant une organisation humanitaire dans ce pays dévasté, ce que signifiait pour les gens là-bas d'être sans ressources, défavorisés, opprimés et malades. Cela m'a profondément bouleversé. La distance entre la Suisse et la Roumanie est relativement faible, mais les possibilités offertes aux habitants de ces deux pays ne pouvaient être plus différentes. Cette expérience me motive encore aujourd'hui à m'engager auprès d'organisations qui luttent contre la pauvreté et l'injustice

sociale et qui s'engagent en faveur d'un accès équitable aux soins de santé. En d'autres termes, des organisations qui contribuent à rendre l'accès aux ressources et aux opportunités plus accessible et plus tangible pour les autres.

Pourquoi l'accès équitable aux soins de santé est-il important pour vous?

Parce que je pense que nous pouvons faire la différence à de nombreux niveaux en améliorant l'accès aux soins de santé des personnes défavorisées. Grâce à l'amélioration des soins, les gens ne sont pas seulement en meilleure santé, ils ont aussi de nouvelles opportunités, de nouvelles perspectives qui s'ouvrent à eux. Une femme qui donne naissance à un enfant en bonne santé pourra peut-être mieux s'occuper par la suite de son développement et de son éducation plus tard. Une personne qui retrouve la vue a de toutes nouvelles possibilités de travailler et de participer à la vie. Souvent, un investissement modeste suffit pour obtenir des résultats significatifs en matière de soins médicaux de base. Même si je souhaite de tout cœur que tous les habitants de Suisse ou des pays riches en général bénéficient des meilleurs soins de santé possibles, je trouve scandaleusement injuste que certaines régions du monde puissent dépenser autant d'argent pour une médecine de pointe alors que tant de personnes dans les pays d'Asie et d'Afrique attendent en vain des antibiotiques qui pourraient leur sauver la vie, des pansements, des vaccins protecteurs ou les analgésiques tant attendus.

«Souvent, un investissement modeste suffit pour obtenir des résultats significatifs en matière de soins médicaux de base.»

Quelle est votre expérience personnelle en matière de santé?

J'ai travaillé pendant plusieurs années comme masseur sportif, suivant les traces de mon père. Je sais à quel point les thérapies manuelles peuvent avoir un effet profond et j'ai souvent pu contribuer directement au processus de guérison grâce à mon travail. J'ai toujours été très heureux de voir les gens aller mieux au fil du temps. Un autre lien avec le thème de la santé est que je dépends moi-même d'un médicament en raison d'un trouble de la coagulation sanguine. Il m'est relativement facile de réguler moi-même ce trouble, et je suis conscient que ma vie pourrait être très différente si je vivais dans un pays africain – ou que je ne serais même plus en vie. Et peut-être encore un autre point: lorsque mes enfants étaient petits – et encore aujourd'hui –, je souffre toujours avec eux lorsqu'ils tombent malades, même s'il ne s'agit que d'une toux qui ne dure que quelques jours. Je suis toujours très soulagé de pouvoir alors bénéficier des conseils avisés de notre pédiatre.

Nouvelle campagne contre la filariose lymphatique au Népal



Plus d'un demi-milliard de personnes dans le monde vivent sous la menace constante de la filariose lymphatique (FL), une maladie liée à la pauvreté qui commence souvent de manière invisible et change la vie à jamais.

Transmise par les moustiques, elle entraîne un gonflement massif des membres si elle n'est pas traitée à temps. Il en résulte des handicaps incurables à vie, l'exclusion et une grande souffrance personnelle.



FAIRMED sera également présente en 2026: dans six communes du district de Jhapa, dans la province de Koshi, nous soutiendrons le gouvernement dans sa campagne de traitement de masse. Ensemble, FAIRMED et le gouvernement népalais ont déjà protégé plus de 2,5 millions de personnes contre la filariose lymphatique, leur donnant ainsi l'espoir d'une vie sans peur, sans douleur et sans exclusion.



Bienvenue à Nadine Küng!

Cette Bâloise de 34 ans, qui a étudié les relations internationales à Genève et l'aide humanitaire en Suède, a travaillé ces dix dernières années pour le Comité international de la Croix-Rouge et d'autres organisations dans des zones de crise à travers le monde. Depuis le 1er janvier 2026, elle est responsable des programmes FAIRMED au Sri Lanka et de l'évaluation des projets FAIRMED et de leur impact dans le monde entier.



Nadine Küng a négocié avec des groupes armés, rendu visite à des prisonniers et aidé à la recherche de personnes disparues. «Après plus de dix ans passés à l'étranger, où je changeais de pays tous les 12 à 18 mois pour mes missions, je souhaitais me rapprocher de ma famille. Le fait d'avoir trouvé un poste chez FAIRMED qui me permet de travailler dans la coopération au développement depuis la Suisse est une chance pour moi.» Les missions à l'étranger n'ont pas toujours été faciles, car ces dernières années, les moyens nécessaires se sont raréfiés, tandis que les problèmes n'ont pas diminué. «Je suis maintenant ravie de pouvoir travailler pour une organisation comme FAIRMED, qui se concentre sur les soins de

Nouveau centre de santé en République centrafricaine



FAIRMED a construit un nouveau centre de santé à Bobélé, en République centrafricaine, en collaboration avec la population et les autorités sanitaires locales.

Le projet de santé de FAIRMED à Bobélé est désormais achevé et a sensibilisé la population locale à la prévention et au traitement des maladies tropicales négligées, explique Vanessa Konaté, responsable du programme FAIRMED en République centrafricaine: «Nous sommes très heureux d'avoir pu réaliser la construction d'un poste de santé. Les soins de santé sont ainsi assurés à Bobélé.»

santé. J'ai constaté que dans ce domaine, il est possible d'obtenir des résultats importants avec relativement peu de moyens dans les pays en situation critique. Et j'ai moi-même fait l'expérience de ce que signifie ne pas avoir accès aux soins de base, par exemple lorsque je me suis cassé le pied au Tchad et qu'il n'y avait pas un seul appareil de radiographie dans toute la province. Le médecin de l'hôpital local du village de Baga Sola m'a dit: «Je peux te donner une injection d'antibiotiques ou un pansement, c'est tout ce que j'ai!», raconte Nadine Küng. Elle n'a encore jamais travaillé au Sri Lanka. «Je connais ce pays à distance grâce à mon travail avec

«Et j'ai moi-même fait l'expérience de ce que signifie ne pas avoir accès aux soins de base.»

les proches de personnes disparues dans des zones de conflit. Je suis maintenant impatiente de découvrir le Sri Lanka sous un autre angle, celui des soins de santé. Et bien sûr, cette année, j'aimerais découvrir ce que cela fait de vivre à nouveau en Suisse après tant d'années!»

Faire le bien – même au-delà de sa propre vie

Souhaitez-vous aussi vous engager au-delà de votre propre vie pour améliorer les soins de santé des personnes défavorisées?



Découvrez ici comment vous pouvez agir:

<https://www.fairmed.ch/fr/ce-que-vous-pouvez-faire/legs-et-heritages>



Toutes nos publications papier, y compris ce magazine, sont imprimées sur du papier recyclé. Il s'agit du papier PerlenValue, fabriqué par la seule papeterie de Suisse, composé de bois d'éclaircie, de vieux papiers et de cellulose de haute qualité. Tous les films utilisés, comme la fenêtre de l'enveloppe, sont biodégradables.



Santé pour les plus démunis