L’entraide pratique

mercredi 8 avril 2026, par Valère Déjo

L’entraide était un des sujets de discussion au repas solidaire organisé fin mars par les Moyens du Bord. Les jeudis midi, cette association propose un repas auquel tout le monde peut s’inscrire. Ces repas ouverts à toutes et à tous sont une pratique fréquente dans divers collectifs stéphanois : préparer un repas, échanger des recettes ou manger ensemble, c’est déjà une forme d’entraide.

Le repas se déroule dans une ambiance très vivante. Il y a une douzaine de personnes. En général tout le monde parle en même temps, de tous les sujets possibles. L’un interpelle un autre d’un bout à l’autre de la table, l’une parle fort, une autre se tait. Quelque fois un convive gagne l’attention générale et le silence se fait pour l’écouter, attention vite emportée par un problème urgent du type "*Il n’y a plus de sel dans la salière*", "*La viande est trop cuite*" ou "*Tout va mal à la télévision*".

Repas commun aux Moyens du Bord du 12 mars 2026

Quelqu’un décrit l’entraide : c’est un acte spontané qui se fait quand l’autre est dans le besoin, dans l’instant de sa présence, et ce doit être un acte qui vient du coeur, tout en étant réfléchi pour qu’il atteigne son objectif, qui est de combler le manque d’être de l’autre.

Diverses expressions associées à la notion d’entraide sont employées : une "*aimable générosité*", "*vachement bien traités*", "*une histoire d’entraide*", "*l’entraide s’exporte*", "*penser à l’autre*", "*prendre sur soi*", "*prendre le souci d’un autre*", "*faire des efforts*", "*et c’est bien*", "*grâce à*", "*bénévolement*", "*félicitations*", "*on met en commun*", "*ça m’intéresse*", "*en capacité d’animer*" ; et d’autres, qui s’en éloignent : "*les absents ont toujours tord*", "*arrête de me crier dans les oreilles*", "*je comprends rien à rien*", "*il y a des conflits*", "*ressasser nos traumatismes et nos vécus*", "*on n’aime pas tout le monde*", "*tu vas te calmer mec*" et "*je te prierai de sortir*".

Une dame mangeant, écoutant, parlant tout en même temps

Les associations, les collectifs, les équipes ou commissions essaient de se rassembler. Aux Moyens Du Bord, chacun, chacune, fait des efforts en ce sens. Cela implique tout un ensemble de conventions, règles ou habitudes, pour inclure ou exclure une personne.

Et ces associations s'entraident entre elles. Elles sont souvent plus efficaces lorsqu'elles collaborent pour travailler aux jardins, faire des voyages, s'engager pour une cause sociale, et les individus peuvent aller plus facilement d'un groupe à l'autre, fonction de ce qu'ils cherchent, de l'entraide dont ils ont besoin, des affinités qu'ils découvrent en rencontrant autrui. Beaucoup circulent d'une association à l'autre. Il y en a qui participent à plusieurs en même temps, bénévoles ou professionnels, et cela favorise l'échange des pratiques.

Servir le repas

Diverses pratiques sont connues pour relier aussi bien les personnes que pour susciter des partenariats entre collectifs : la cuisine, le ménage, le jardinage, le secrétariat, l'entretien du matériel et toutes les disciplines artistiques.

Et penser à soi. Un monsieur crie que l'entraide, c'est d'abord prendre son traitement. Oui, explique un autre, quand on est en difficulté mentale, il faut prendre ses médicaments. Mais une dame affirme que les psychiatres font souvent n'importe quoi, qu'il faut prendre son traitement avec circonspection. Il est visible, selon beaucoup, que si telle ou telle personne est en conflit c'est parce qu'elle n'a pas pris "son traitement". Divers convives se cachent derrière leur assiette, car c'est une question qui en fait souffrir beaucoup, ici.

Servir le pain

En plus du coeur, l'environnement d'entraide implique toute une chaine de collaborations humaines. Dans les maillons de cette chaine il y a principalement des bénévoles, mais aussi des professionnels. Une dame signale qu'elle préfère parler d'adhérents, et que l'entraide, c'est pour tout le monde. En effet les professionnels sont souvent en difficulté, qui peuvent avoir besoin d'aide. C'est un peu difficile, car ces professionnels ont un salaire, certes souvent maigre par rapport au travail qu'il font, mais pour cela ils sont dans une situation apparemment meilleure que beaucoup de bénévoles.

Par delà les affinités personnelles, l'entraide est un sujet majeur de ces collectifs, de ces *Groupes d'Entraide Mutuelle*. Elle est essentielle à la fois pour le groupe et l'individu. Si elle est formée de règles, de conventions et savoir vivre, elle reste très émotionnelle. Ce sujet est l'objet d'une attente anxieuse et souvent intime.

Photographies de Éric Lerbret.
Autre article avec les Moyens du Bord : *Vers un jardin merveilleux aux Moyens du Bord*