

## La Baraque à Fripes : Au-delà du don



Dans une petite rue de Couvin, au 1er étage du Service de Santé Mentale, se trouve « La Baraque à Fripes », une DONNERIE pas comme les autres. Ouverte à tous, sans condition ni formalité administrative, elle incarne depuis 2019 un modèle de solidarité inclusive et désinstitutionnalisée. Tout le monde peut se servir sans justifier la raison de le faire.

Née d'une réflexion sur les limites de nos interventions traditionnelles face à la fragmentation sociale, cette donnerie s'est transformée en véritable écosystème d'entraide. Sa particularité ? Son intégration harmonieuse dans la salle d'attente d'un service de santé mentale, créant un espace où thérapie et solidarité se conjuguent naturellement.

Gérée par Ophélie, Joëlle, Nathalie et Nancy, bénéficiaires du club thérapeutique "La Parenthèse", en collaboration avec Aurore Piret psychologue, la Baraque à Fripes fonctionne selon un principe simple : "Donner plutôt que jeter, recevoir plutôt qu'acheter". Les gestionnaires, bénéficiaires du service et expertes de vécu, assurent

une gouvernance collective où chaque voix compte dans une démarche articulée avec la Parenthèse, le SSM et le comité des usagers.

Au-delà de sa dimension environnementale évidente – lutte contre la surconsommation, réduction des déchets, sensibilisation à l'économie circulaire – l'expérience de sa gestion constitue un parcours d'apprentissage. Mais c'est la conscience de contribuer activement à une cause sociale significative et le sentiment d'utilité qui en découle qui donne du sens à notre action. La Baraque à Fripes incarne les principes de la thérapie contextuelle développée par Nagy. Cette approche, qui examine l'équilibre entre ce que nous donnons et recevons dans nos relations, y trouve un parfait terrain d'application. Donner et recevoir sont des actes normalisés, dépourvus de jugement, générant une dynamique positive qui profite à tous. Un bénéficiaire peut recevoir puis devenir donateur - ou l'inverse - ou transmettre ailleurs la solidarité qu'il vient de recevoir. Cette flexibilité permet à chacun de contribuer à sa façon, sans le poids d'une dette morale immédiate. L'absence de comptabilisation des dons et l'anonymat des échanges protègent la dignité de tous. La honte ou la stigmatisation parfois associée au fait de recevoir gratuitement s'évapore dans cette atmosphère bienveillante. Et si la confiance peut parfois être ébranlée, la situation exige des gestionnaires d'accepter que la générosité soit libre de contraintes.

Là où les liens se distendent, la Baraque à Fripes renforce le sentiment d'appartenance communautaire. Face aux défis croissants – augmentation des demandes, complexification des situations personnelles – la Baraque à Fripes persévère, témoignant qu'une autre façon de prendre soin, plus humaine et plus inclusive, est possible.

### Service de Santé Mentale Provincial de Couvin

📍 Rue Cracsot, 12-14 – 5660 Couvin ☎ 081/77.68.24

✉ [ssm.couvin@province.namur.be](mailto:ssm.couvin@province.namur.be) 😊 Aurore Piret – Psychologue