DÉLÉGATION DU RHÔNE

https://rhone.secours-catholique.org

« Chacun chez soi ne signifie pas chacun pour soi ».



ACCOMPAGNEMENT LIEN SOCIAL

14/12/2020

Zoom sur [Le Lien Fraternel]

Lors du premier confinement, une équipe composée de bénévoles et salariés a mis en place [Le Lien Fraternel] qui a permis aux acteurs du Secours Catholique qui le souhaitaient de recevoir par mail ou sms, tous les deux jours, un message fraternel : une phrase, un court texte, un geste de réconfort pour mieux vivre sa journée et aussi une fois par semaine, pour un temps de prière. Une proposition artistique et créative, accessible à tous, pour s'exprimer, rêver était faite chaque

lundi par une bénévole, art thérapeute. Ce sont plus de cent personnes inscrites qui ont ainsi pu partager ces messages aux personnes de leur entourage et tout particulièrement aux plus isolées.

Pour le deuxième confinement, un message fraternel et des propositions de ressourcement sont diffusés dans le réseau du Secours Catholique du Rhône et auprès de personnes isolées rencontrées par des acteurs de solidarité de l'association : **.**

Le message fraternel par SMS envoyé tous les deux jours, contient une citation, une bonne nouvelle du jour ou encore une proposition de geste fraternel qui met en lien. Cette initiative pour '"aller vers", conçue pour entretenir le lien en ces temps de distanciation sociale s'active grâce à une équipe de six jeunes bénévoles.

Ainsi, un message tel que « *Partagez avec un proche ou répondez à ce SMS avec votre réjouissance du jour* » a reçu comme réponse : « *Ce dimanche, je coiffe ma petite fille* » ou encore : « *L'odeur d'un gâteau qui sort du four !* ». Tels sont quelques uns de ces échanges, partages chaleureux qui favorisent la mise en place de ce précieux lien fraternel.

Les propositions de ressourcement visent à apporter un peu de joie aux acteurs du réseau et à tous ceux qui le souhaitent. Elles prennent la forme d'un document de quelques pages, envoyé chaque semaine par e-mail.

La collaboration des plus nombreux étant centrale à ce projet, les propositions sont élaborées par un groupe différent chaque semaine qui choisit une thématique et la décline en quatre axes :

- un temps pour soi, démarche d'introspection et de bien-être personnel ;
- un temps de réflexion, démarche d'ouverture à notre environnement proche et au monde ;
- une action à mener, pour occuper son temps fructueusement ;
- une bonne nouvelle à lire et à partager !

Secours Catholique
Caritas France
Rhône

TEMPS DE RESSOURCEMENT N°1

L'ARBRE

UN TEMPS POUR SOI

Citation du botaniste français Francis Hallé, à l'origine du documentaire « Il était une forêt » :

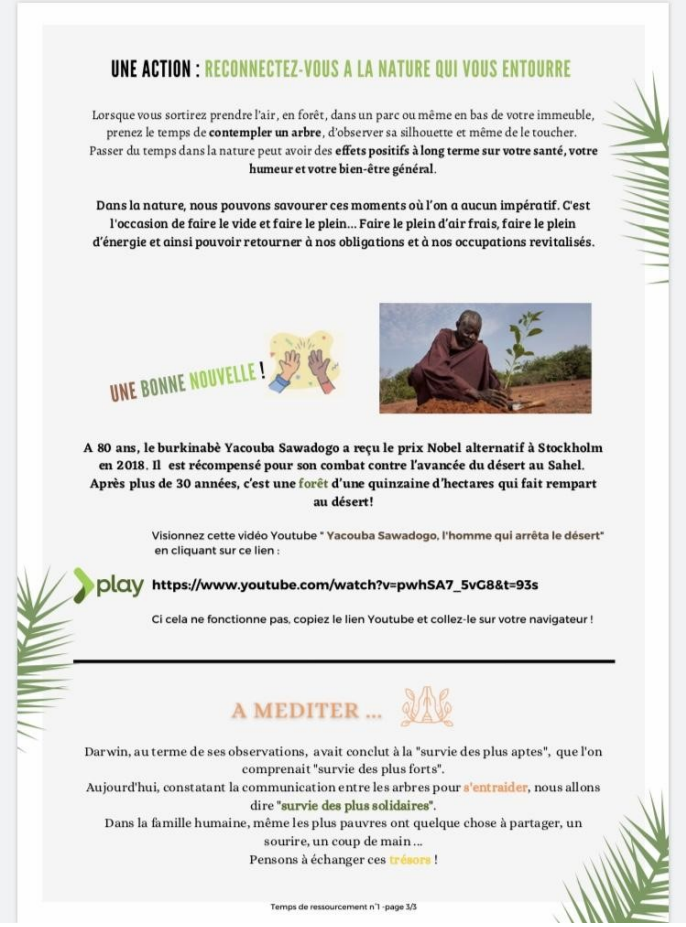
« J'ai passé ma vie en forêt, à regarder naître, vivre et mourir les arbres. Parce que je ne les voyais pas pousser, j'avais l'illusion qu'ils étaient immobiles. Parce que je ne les entendais pas, j'avais l'impression qu'ils étaient silencieux. Je les ai découverts si prodigieusement **vivants** ! »

Visionnez cette vidéo Youtube extraite du documentaire "**Il était une forêt**" en cliquant sur ce lien :

play **https://www.youtube.com/watch?v=NBP0RBCRDbI**

Ci cela ne fonctionne pas, copiez le lien Youtube et collez-le sur votre navigateur !





UNE ACTION : RECONNECTEZ-VOUS A LA NATURE QUI VOUS ENTOURRE

Lorsque vous sortirez prendre l'air, en forêt, dans un parc ou même en bas de votre immeuble, prenez le temps de **contempler un arbre**, d'observer sa silhouette et même de le toucher. Passer du temps dans la nature peut avoir des **effets positifs à long terme sur votre santé, votre humeur et votre bien-être général.**

Dans la nature, nous pouvons savourer ces moments où l'on a aucun impératif. C'est l'occasion de faire le vide et faire le plein... Faire le plein d'air frais, faire le plein d'énergie et ainsi pouvoir retourner à nos obligations et à nos occupations revitalisés.

UNE BONNE NOUVELLE !

A 80 ans, le burkinabè Yacouba Sawadogo a reçu le prix Nobel alternatif à Stockholm en 2018. Il est récompensé pour son combat contre l'avancée du désert au Sahel. Après plus de 30 années, c'est une forêt d'une quinzaine d'hectares qui fait rempart au désert!

Visionnez cette vidéo Youtube " Yacouba Sawadogo, l'homme qui arrêta le désert" en cliquant sur ce lien :

play **https://www.youtube.com/watch?v=pwhSA7_5vG8&t=93s**

Ci cela ne fonctionne pas, copiez le lien Youtube et collez-le sur votre navigateur !

A MEDITER ...

Darwin, au terme de ses observations, avait conclut à la "survie des plus aptes", que l'on comprenait "survie des plus forts".
Aujourd'hui, constatant la communication entre les arbres pour s'entraider, nous allons dire "**survie des plus solidaires**".
Dans la famille humaine, même les plus pauvres ont quelque chose à partager, un sourire, un coup de main ...
Pensons à échanger ces trésors !

https://rhone.secours-catholique.org/notre-actualite/chacun-chez-soi-ne-signifie-pas-chacun-pour-soi