

# VIVRE L'ACI AUTREMENT N° 1



GARDER LE LIEN EN ACI TOUT EN ETANT CONFINES



Voici une lettre spéciale confinement. Pourquoi ? Pour garder le lien entre nous, pour nous donner des idées concrètes, pour souligner des initiatives, pour se partager ce temps de confinement. L'idée est de vous aider à vous rencontrer en équipe autrement par des moyens de communication actuels mais aussi de nous partager des textes, des idées, des initiatives, des appels pour une réflexion personnelle ou en équipe. Nous vous rappellerons aussi les questions de révision de vie proposées par le national.

Nous avons pensé à quelques rubriques... mais vous pouvez bien sûr nous en proposer d'autres !

## Du côté de la révision de vie...

### RETOURS DE NOS EQUIPES

Deux, trois équipes ont partagé sur cette période de confinement. Quelques échos :

« Infirmière, le confinement à mon niveau est plus ou moins respecté de par mon métier... En effet, je continue plus que jamais mes domiciles le matin et également mon travail au laboratoire, avec quand même finalement une activité ralentie ; je gère quand même bien des personnes qui viennent se faire prélever au laboratoire et que nous ne pouvons refuser. Evidemment, je suis exposée, vu le nombre de contacts que j'ai tout au long de la journée, mais je suis très vigilante. La situation n'est pas simple du tout, très pesante et anxiogène. »

Ce qui est « positif en temps de carême, on prend le temps de faire les choses et on prie avec l'homélie du pape, on a aimé son l'homélie du 27 mars. On va sur le site carême dans la ville par les dominicains. On a besoin de se nourrir »

« Ces derniers jours, nous avons dû prendre des décisions personnelles. Exemple : ne pas aller au yoga vendredi 13 mars (lendemain de l'intervention N1 de M. Macron). Ma copine de yoga m'a dit qu'elles étaient nombreuses à la séance ce jour-là J'ai eu besoin d'informations pour prendre cette décision, le yoga étant une source de détente bienvenue par ces temps anxiogènes. Ces informations je les ai eues par nos 3 filles et belles filles qui travaillent dans le milieu hospitalier et en médecine de ville. Elles nous racontent leurs vécus au quotidien et cela m'a sensibilisé davantage que les informations générales. Leur message était de l'ordre du bien commun : "ne sortez pas, ne venez pas encombrer les hôpitaux, nous sommes débordés". »

« En relisant les pages 38-39 (*du Courrier sur la santé*) : Ecologie de la Santé. Nous avons retenu : anticiper le risque épidémique face à la biodiversité microbienne. Nous en sommes en plein dedans. Taux de couverture vaccinale insuffisante : nous faisons la guerre auprès de certains nos proches qui ne veulent pas se faire vacciner. Il est certain que le développement des moyens de transport augmente la fréquence et les voies de propagation. Nous y ferons un peu plus attention. »

« - le *rapport au temps* : J'ai été frappé de la soudaineté de la crise et de la vitesse à laquelle cela s'est développé. J'ai l'impression de vivre une « série télévisée » où des éléments s'enclenchent les uns derrière les autres. Je suis toujours aussi surbooké, les mails tombent, les appels sont

nombreux... Et pourtant je ne passe plus de temps dans les déplacements. Plus de déplacements physiques, plus de réunions, plus de chorale...

*Le rapport aux gens* : j'ai noté beaucoup de solidarité et de bienveillance mais il y a un manque de contact évident. Je ressens aussi une certaine psychose, une crainte du manque.

*Le rapport à l'invisible*. Ce virus on ne le voit pas mais les effets, on les voit bien. Le COVID19 est une maladie avec des aspects horribles mais aussi avec des conséquences positives (solidarité, contacts téléphoniques plus nombreux, entraide, prise de conscience des effets de la mondialisation...). Je fais un parallèle avec la religion : il y a 2000 ans Jésus a tenu un discours positif, sa parole, partie de Galilée, s'est répandue très largement. Dans les deux cas il existe une relation à l'invisible que nous vivons toujours. »

Comment les choses reprendront après la période du confinement ? J'ai du mal à l'imaginer... Il va y avoir une psychose de la contagion qui va être dure à gérer. »

## QUESTIONS DE REVISION DE VIE :

*Elles nous ont été proposées par l'équipe nationale (envoi fait à toutes les équipes). Pour rappel, voici les premières questions...*

Comment je suis impacté.e. par la situation sur les plans personnel, familial, professionnel, social, ecclésial ? Quelles en sont les répercussions ?

Si je suis concerné.e. par un proche malade, voire un décès dans mon entourage, comment je vis cela ? Comment cela change ma vision et me transforme ?

## Du côté de la méditation...

### MEDITATION DE LA SEMAINE

Par Daniel Binauld, Prêtre Accompagnateur

#### **De l'isolement à la « solitude »**

*Curieusement, cette période d'isolement contraint m'a fait penser à celle que Jésus s'est imposée en se rendant au désert sous l'action de l'Esprit Saint...*

*Décidément il est toujours là quand nous nous y attendons le moins. Même là il nous « titille » !*

*Et donc notre expérience de la solitude, seul(e) ou à plusieurs (même là nous sommes toujours seuls(es)), nous pousse à changer de logiciel : convertir l'isolement en solitude. C'est à dire être en face de soi puisque plus rien n'existe.*

*Certes le désert pour LUI, comme le confinement pour nous, est une épreuve qui peut nous envelopper dans le désarroi, le sentiment d'impuissance (ne pas pouvoir se rendre utile efficacement) ; ou encore une source d'inquiétude devant l'avenir : la disparition d'entreprises ? l'emploi ? les plus démunis de tout ? Au fond cette solitude, par un retour sur soi et ensemble, peut nous ouvrir à (re-) préciser pour soi et collectivement des axes de sociabilité comme ce fut le cas pour Jésus (non au pouvoir, non à la possession, non à l'adoration d'idoles).*

*Sa vie spirituelle en a été ajustée, sans aucun doute : passer d'un Dieu tout puissant et lointain à un Père aimant. Vivons la solitude comme une sorte de « ré-intégration de soi » (revenir à notre essentiel) au cœur de notre fragilité. La qualité de nos relations s'en trouvera améliorée : n'est-ce pas ce qu'a vécu l'homme de Nazareth en son désert, l'Esprit étant à l'œuvre en Lui ?*

## TEXTES A LIRE :

Vous trouverez en pièces jointes :

L'homélie du Pape François et un texte de Stéphanie Allaëys (membre de l'ACI) sur l'Essentiel

## Boîte à idées



### A PARTAGER

Le Pèlerin magazine met à disposition sur Internet son journal du 26 mars. Vous devez pour cela renseigner votre mail et accepter de recevoir leur newsletter. Une occasion de découvrir cette revue.

La pastorale de la santé a mis en place un **numéro vert** pour les personnes qui ont besoin d'un soutien. Vous trouverez l'information complète en pièce jointe.



### INITIATIVES VECUES DANS VOS EQUIPES OU PERSONNELLEMENT

Deux membres de ma paroisse se sont retrouvés au début du confinement : ils ont regardé qui était seul.e. dans les personnes qu'ils connaissaient sur la paroisse. Ils se sont répartis les personnes à appeler et les joignent régulièrement.

Une membre d'équipe a créé un groupe WhatsApp familial où chacun écrit qui a appelé la grand-mère et quand. Celle-ci restée seule dans son logement reçoit ainsi un appel par jour de personnes différentes.

Des personnes se sont inscrites pour coudre des masques pour le CHU de Lille avec l'initiative « Souffle du Nord »

Une petite fille d'un des membres de l'ACI a écrit à son voisin. Il lui répond une jolie lettre :  
« Bonjour L, Merci beaucoup pour ton gentil mot et très joli mot qui me donne bien du courage. Je n'arriverai certainement pas à faire d'aussi beaux dessins donc je te félicite !!!  
Je sais que c'est dur d'être à la maison toute la journée mais c'est ce qui soigne les gens.  
Rester sage à la maison, c'est ça d'être un vrai héros, donc je te remercie aussi et te souhaite bon courage !!  
Occupe-toi bien de papa, maman, de ta sœur et continue tes coloriages si réconfortants  
A., ton voisin d'en face »

## Outils pour communiquer en équipe



Nous pouvons chacun prendre notre téléphone pour appeler l'un ou l'autre de notre équipe. Nous savons que vous le faites déjà.

Mais pour vivre un temps de partage en équipe (même si ce n'est pas aussi bien que nos rencontres réelles), voici quelques idées. N'hésitez pas à nous en envoyer d'autres !

**PAR MAIL :** Une équipe nous a fait part de sa méthode: envoyer un sujet **par mail** et donner 24 h à l'équipe pour répondre aux questions.

**AVEC UN ECHANGE VIDEO** : Pour fonctionner sur les moyens de communication actuels (Skype, Messenger, WhatsApp) :

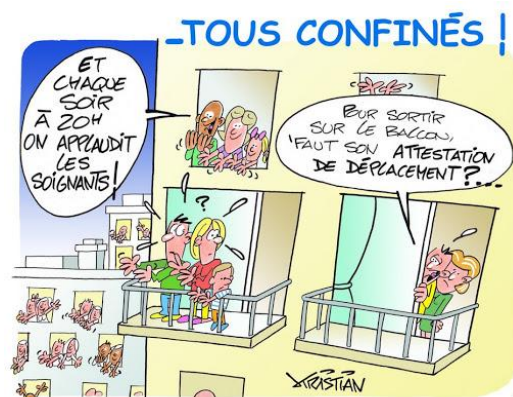
Pour toutes ces applications, l'idée est de communiquer en se voyant par l'intermédiaire de la caméra vidéo. Vous trouverez en pièce jointe une fiche technique précisant comment faire et quels sont les liens utiles ainsi que deux numéros de téléphone de membres ACI que vous pouvez joindre pour vous aider

Voici quelques **repères communs à l'ensemble** :

- Il faut que vous ayez un ordinateur, une tablette ou un smartphone avec une caméra et un micro. Vous choisissez l'outil. Et c'est sur cet outil que vous allez échanger
- **Avant la réunion**, vous choisissez l'heure à laquelle vous allez vous connecter. Vous faites un essai de connexion avec l'animateur de la rencontre pour ne pas être pris.e. au dépourvu le jour J.
- **Le jour et l'heure J**, vous vous installez confortablement face à votre outil à un endroit de votre domicile où vous captez bien. Vous branchez votre outil afin de ne pas tomber en panne de batterie. Vous évitez de bouger avec votre outil. Et lorsque l'un d'entre vous parle, pensez à vous taire, voire à fermer votre micro (en le rallumant au moment opportun)
- Vous désignez un animateur : il donnera la parole, fera les liaisons. Evidemment, vous pensez à une personne qui prend des notes pour le compte rendu.

N'oubliez pas de faire un compte rendu même court de vos échanges et de les transmettre rapidement à votre relecteur. Il viendra alimenter cette lettre !

## Pointes d'humour !



(Transmis par un curé de paroisse !)

Pour la prochaine lettre, nous vous proposerons des échos que vous nous avez envoyés mais aussi un texte, une question de révision de vie...

Vous avez des **idées à nous proposer, une lecture, des initiatives à faire connaître** : envoyez-nous un mail sur [aci.lille@gmail.com](mailto:aci.lille@gmail.com) (adresse connue de la fédé de Lille qui, le temps du confinement, servira de boîte à lettre commune à tous)

Vous avez un **compte rendu** d'équipe à envoyer.

Fédé de Lille : auprès de votre relecteur habituel

Fédé de Roubaix, Tourcoing et Dunkerque : [mapirousse@gmail.com](mailto:mapirousse@gmail.com)