Programme d'animation senior 2022-2023

(13 ans et plus)

Avec audace et confiance...

OSONS LA VIE EN TOUTE SIMPLICITÉ !

ET CE SERA BON !

Service de Préparation à la Vie (SPV)

10 215, avenue du Sacré-Cœur, Montréal (Québec), H2C 2S6

514-387-6475

info@spvgeneral.org **www.spvgeneral.org**

Le programme SPV senior est une production du :

Service de Préparation à la Vie (SPV)
10 215, avenue du Sacré-Cœur
Montréal (Québec) H2C 2S6

info@spvgeneral.org
www.spvgeneral.org

Le programme SPV a été conçu par les membres de l'Assemblée générale, les responsables des régions internationales et le comité des publications du Service de Préparation à la Vie (SPV).

La mise en page et la rédaction sont de Jean-Marc St-Jacques, c.s.v.

Les photos de ce programme proviennent d'activités du SPV de par le monde.

Dépôt légal : 3e trimestre 2022

En respect des droits d'auteur, au lieu de faire des copies du présent document, appelez au secrétariat du SPV. Il nous fera plaisir de vous faire parvenir un exemplaire de ce programme au coût que vous êtes en mesure de payer.

Prix suggéré : 8 $

Il est aussi possible de le recevoir en version PDF. Communiquez avec nous et nous vous en ferons parvenir le nombre d'exemplaires désiré.

Ce programme est conçu pour des groupes de jeunes de 13 ans et plus et pour des équipes d'adultes.

Programme SPV : mode d'emploi

Le programme est un outil de travail pour soutenir l'animation des équipes SPV ou tout groupe désireux de cheminer en vue de vivre debout au service de la vie. Il n'est donc pas à prendre page par page, mais bien selon les préoccupations vécues par les membres de nos petites communautés de vie.

Le programme s'inspire cette année de deux questions qui sont surgies dans le brouhaha de nos quotidiens bien remplis et au cœur des situations difficiles vécues par tant de nos sœurs et frères du monde entier :

- Comment est-il possible de ralentir pour mieux savourer la vie ? Comment prendre du recul pour mieux apprécier ce que nous vivons et comprendre notre monde ?
- Il y a tant de causes nobles pour lesquelles nous engager. Qu'est-ce qui est important ? Comment faisons-nous des choix ? Doit-on laisser tomber des causes pour d'autres ?

À partir de ces préoccupations, nous vous proposons une réflexion avec cinq axes :

- **Goûtons à la vie !**
- **Regardons le monde !**
- **Entendons le cri des appauvris !**
- **Ouvrons nos mains pour un monde autre !**
- **Respirons les parfums du monde !**

Chaque section est bâtie de la même manière. Nous trouvons tout d'abord une page avec une courte présentation du thème et une réflexion biblique. Puis, nous trouvons trois sous-thèmes.

Nous avons voulu faire de courtes sections sur plusieurs thèmes. Nous vous invitons à travailler un sous-thème par rencontre. Vous devrez probablement en laisser tomber, car nous vous avons fourni des thèmes pour plus de quinze réunions. Pour plus d'informations sur le SPV, ne manquez pas de visiter le site web du SPV : spvgeneral.org . De plus, abonnez-vous à l'infolettre. Et surtout, ne manquez pas de nous donner des nouvelles !

Une Parole pour la route

Évangile de saint Matthieu 6, 25-34

Plaçons ce texte dans notre besace pour la route. Il nous rappellera de faire des choix respectueux de ce doux temps de vivre à mettre de l'avant, mais sans oublier de vivre debout en osant lutter pour la dignité de chaque personne.

C'est pourquoi je vous dis : Ne vous souciez pas, pour votre vie, de ce que vous mangerez, ni, pour votre corps, de quoi vous le vêtirez. La vie ne vaut-elle pas plus que la nourriture, et le corps plus que les vêtements ?

Regardez les oiseaux du ciel : ils ne font ni semailles ni moisson, ils n'amassent pas dans des greniers, et votre Père céleste les nourrit. Vous-mêmes, ne valez-vous pas beaucoup plus qu'eux ?

Qui d'entre vous, en se faisant du souci, peut ajouter une coudée à la longueur de sa vie ? Et au sujet des vêtements, pourquoi se faire tant de souci ? Observez comment poussent les lis des champs : ils ne travaillent pas, ils ne filent pas. Or je vous dis que Salomon lui-même, dans toute sa gloire, n'était pas habillé comme l'un d'entre eux.

Si Dieu donne un tel vêtement à l'herbe des champs, qui est là aujourd'hui, et qui demain sera jetée au feu, ne fera-t-il pas bien davantage pour vous, hommes de peu de foi ? Ne vous faites donc pas tant de souci ; ne dites pas : "Qu'allons-nous manger ?" ou bien : "Qu'allons-nous boire ?" ou encore : "Avec quoi nous habiller ?" Tout cela, les païens le recherchent. Mais votre Père céleste sait que vous en avez besoin.

Cherchez d'abord le royaume de Dieu et sa justice, et tout cela vous sera donné par surcroît. Ne vous faites pas de souci pour demain : demain aura souci de lui-même ; à chaque jour suffit sa peine.

⇒ **Quels sont ces soucis qui nous empêchent de vivre sereinement ?**
⇒ **Qu'allons-nous mettre de l'avant pour vivre dans la joie, la communion, la confiance ?**
⇒ **Que ferons-nous pour donner du goût à la vie et de la saveur au monde ?**

Pour toutes ces questions et tant d'autres, entrons dans cette ronde de la vie simple et heureuse, celle des amoureux de la vie, remplis de l'audace des commencements et des recommencements.

Goûtons ! Voyons ! Entendons ! Touchons ! Respirons !
Sur la route des amoureux de la vie !
Un mot du responsable général

Sous la houlette du Dieu de la vie, il fait toujours bon marcher en toute sérénité et confiance d'avenir. Mais nous ne sommes pas des naïfs qui ne voient pas ce qui se passent autour de nous. La destruction de la vie est présente partout, les luttes à mener infinies, les appauvris abandonnés le long des routes nombreux… Il y a de quoi désespérer de l'être humain. Voilà pourquoi, il devient essentiel de retourner au cœur de ce que nous sommes, dans son expression la plus simple, celle vécue dans l'ordinaire de tous les jours. Nous sommes des êtres de sens, des sens qui nous permettent d'apprécier la vie dans ce qu'elle a de beau à offrir à chaque personne. Redécouvrons-les pour faire grandir notre monde et advenir la justice !

Goûtons à la vie !
Elle est pleine de saveurs multiples.
Elle appelle à la reconnaissance des différences dans le respect de notre originalité.
Elle est invitation à une plus grande simplicité de vie et un partage de nos ressources.
Et Dieu vit que cela était bon.

Regardons le monde !
Il est porteur de beautés à contempler et à apprécier.
Il est le lieu de notre engagement pour la justice et la paix.
Il est le terrain de mise en action de nos valeurs de vie digne et respectueuse de la terre.
Et Dieu vit que cela était bon.

Entendons le cri des appauvris !
Ils sont là, partout, ces exclus du partage de nos avoirs, de nos savoirs et de nos pouvoirs.
Ils sont le rappel de notre engagement à vivre debout dans la vérité.
Ils nous interpellent à retrouver notre sens de l'indignation devant l'inacceptable.
Et Dieu vit que cela était bon.

Ouvrons nos mains pour un monde autre !
Nos mains apprennent à s'ouvrir pour oser un monde d'accueil et de solidarité.
Elles redisent notre volonté de témoigner d'une Bonne Nouvelle qui fait grandir.
Elles provoquent des changements de mentalités et d'attitudes.
Et Dieu vit que cela était bon.

Respirons les parfums du monde !
Ils vont au gré du vent portant les joies et les peines de nos sœurs et frères.
Ils réaffirment les bienfaits de la diversité et des rencontres de communion.
Ils portent les odeurs de la lutte et la sueur des artisans de paix.
Et Dieu vit que cela était bon.

En toute joie, goûtons, voyons, entendons, touchons, respirons !

Jean-Marc St-Jacques, c.s.v.
Responsable général

Un voyage à préparer !
Une fraternité à cultiver !

Au début de notre parcours ensemble, il est bon de prendre du temps pour voir un peu où nous allons et avec qui nous partons. Sans tomber dans l'angoisse du « est-ce que j'aurai assez de provisions pour la route ? », il est tout de même sage de faire le tour de notre besace.

Que vais-je mettre dans mon sac pour la route ?

Prenons le temps en équipe de nous arrêter aux questions suivantes.

- Les objets que j'aimerais mettre dans mon sac personnel, ceux que je placerais dans le sac d'équipe.

- Les valeurs que nous apporterons avec nous tout au long de l'année.

Avec qui je vais partir pour ce voyage ?

Note ici le nom des membres de ton groupe de vie. Pour chacun, indique une qualité et/ou une force.

Vers où voulons-nous aller en équipe ?

- Que voulons-nous découvrir de la vie cette année ?

- Comment allons-nous développer nos sens pour plus de vie ?

- Vers qui voulons-nous aller pour bâtir la paix, lutter pour la justice et vivre la fraternité ?

Goûtons à la vie !
Il est toujours temps de vivre !

Notre monde nous entraîne bien souvent dans une course folle, un véritable tourbillon où tout se passe de plus en plus vite. Nous allons d'expérience en expérience, de plus en plus rapidement. On achète, on consomme, on jette. On passe d'une mode à l'autre. Il nous faut toujours quelque chose de neuf. On réinvente le monde, mais sans rien faire pour que quelque chose change… Et on finit par manquer de souffle.

Il est donc urgent de prendre le temps de vivre. Pour savourer les bons moments de la vie, il faut savoir les accueillir, les goûter, les déguster, petite bouchée par petite bouchée. Voilà notre défi qui se déclinera en trois temps :

- **Cultivons la patience !**
- **Vivons simplement !**
- **Agissons pour la vie !**

Nous sommes aussi appelés à aller vers les autres pour manifester la tendresse de Dieu au cœur du monde, ce goût de la vie qu'il nous donne à partager car, « je suis venu pour qu'ils aient la vie, et qu'ils l'aient en abondance. » (Jean 10,10) Nous ne pouvons nous replier sur nous-mêmes, bien que les occasions de le faire soient très nombreuses. Luttons donc contre le repli sur soi et la désespérance en appréciant, jour après jour, les petites choses de la vie. C'est à nous d'être créatifs, il y a une vie à savourer dans ce qu'elle a de beau et de bon à offrir, comme dans ses moments plus sombres. Alors, osons en cueillir toutes les saveurs !

Quand nous parcourons les évangiles, nous voyons souvent Jésus prendre le temps de partager un repas chez des amis.

- Matthieu 9,9-13 : Jésus mange chez Matthieu le collecteur d'impôt qui deviendra un disciple.
- Matthieu 26,6-13 : dans la maison de Simon le lépreux, une femme vient verser sur Jésus un parfum de grand prix.
- Luc 7,36-50 : Jésus dîne chez un pharisien et une femme vient verser du parfum sur ses pieds.
- Luc 14,1-6 : pendant qu'il prend le repas chez un pharisien, Jésus fait un miracle le jour du sabbat.
- Jean 12,1-11 : Jésus se rend chez Marthe et Marie pour un temps de détente et un bon repas.

Qu'est-ce que Jésus veut nous dire ici ? C'est dans l'ordinaire de la vie de tous les jours qu'il accomplit sa mission d'établir le Règne de Dieu, un règne où les exclus auront une part toute spéciale. Et nous, dans quels lieux ordinaires, avec quels gestes simples du quotidien, allons-nous créer ce monde de vie heureuse ?

Goûtons à la vie !
Cultivons la patience !

Pour apprécier la vie, il est bon de goûter à chaque instant qu'elle nous offre. Regardons la semence en terre. J'aurais beau tirer dessus, la plante ne poussera pas plus vite. Notre société nous apprend à courir, à compétitionner pour être les premiers, mais rarement à « perdre » notre temps à regarder une fleur s'épanouir, un soleil se lever, un enfant apprendre à marcher. Tout doit aller vite, mais est-ce ce que nous voulons ?

- Est-ce que je me donne du temps pour goûter à la vie ?

- Prenons-nous le temps d'accueillir ce que les autres goûtent de la vie ? Ce qu'ils réalisent ? Ce qu'ils sont ?

- Il faut aussi apprendre à changer de rythme de vie parfois. Suis-je capable de ralentir ? Suis-je capable de prendre du temps « pour ne rien faire » ? Est-ce que j'apprécie les temps calmes, les temps de silence ?

- Nous sommes de plus en plus connectés à temps plein (télévision, ordinateur, tablette, téléphone, montre intelligente). Oserais-tu laisser de côté tes écrans pendant un certain temps pour apprécier la vie autour de toi ?

- Quand je veux quelque chose, je le veux tout de suite. Que dois-je faire pour développer ma patience ? Pour laisser aux gens le temps de faire bien les choses ?

Je bâtis une horloge-escargot. J'y note les moments dans la journée où j'ai pris le temps de savourer la vie en toute simplicité.

Goûtons à la vie !
Vivons simplement !

La société de consommation nous encourage sans cesse à acheter et à jeter pour passer à autre chose. Ça fait tourner l'économie, dit-on. Mais, dans les faits, nous le savons bien, cette manière de vivre tue la planète à petit feu, détruisant toutes les ressources. De plus, elle nous amène à développer des habitudes de vie où nous ne sommes jamais satisfaits de ce que nous avons, cherchant toujours à en avoir plus, surtout si le voisin l'a déjà !

Mais la vie n'est pas faite du « jeter après usage ». Elle est faite de patience, d'attention aux autres, de projets bâtis ensemble. De plus, à côté de notre abondance, il y a tant de personnes qui n'ont même pas d'eau, de repas nutritifs, de soins de santé, d'accès à l'école. Mais nous, nous voulons le dernier des derniers modèles du téléphone, du jeu électronique… et on pourrait parler aussi comme cela pour les automobiles, le mobilier dans la maison, etc. Arrêtons-nous donc à l'essentiel et au superflu !

- Suis-je prêt à revoir ma consommation de biens ? Est-ce que je sais apprécier ce que j'ai déjà ?
- De quoi ai-je besoin pour être heureux et rendre service aux autres ?
- Pour mieux protéger la planète, à quoi suis-je prêt à renoncer ?
- Est-ce que je connais les lieux de mon quartier où on peut donner des choses qui ne nous servent plus ? Est-ce que j'accepterais d'aller m'habiller dans une friperie ou faut-il que j'aie le dernier vêtement à la mode ?
- Il y a des gestes simples pour nous aider à changer le monde. Par exemple, quand j'ai un cadeau à offrir, suis-je prêt à le fabriquer de mes mains ? Est-ce que cela me rend plus heureux ?
- Pour mes repas, mes boîtes à lunch, est-ce que j'achète du « déjà tout fait » ou si je prends le temps de cuisiner ? Ma manière d'acheter tient-elle compte des impacts sur l'environnement ? Sacs en plastique, produits qui ont voyagé sur des milliers de kilomètres, biens équitables…

Faisons l'inventaire de tout ce que nous accumulons ! Est-ce nécessaire ? De quoi devrais-je me départir ? Comment revoir mes habitudes de consommation ?

Goûtons à la vie !
Agissons !

Goûter à la vie m'amène à libérer mon quotidien de tout ce qui l'engorge de superflu et de non-nécessaire. Ainsi, j'apprends à découvrir le goût des autres, ce qu'ils m'apportent, ce à quoi ils contribuent pour un monde meilleur. Il reste que nous avons beaucoup à faire pour que tous puissent goûter aux bienfaits de la terre. Il y a trop de personnes laissées de côté dans nos systèmes économiques, dans nos sociétés, voire dans nos groupes. Arrêtons-nous quelques instants à ces personnes qui n'ont même pas les moyens d'apprécier la vie.

- Qui sont ces personnes appauvries qui n'ont pas accès au partage des richesses de la terre ? Autour de nous, dans notre pays, ailleurs dans le monde ?

- Quelle place donnons-nous aux appauvris pour qu'ils mettent de l'avant leurs solutions, leurs talents, leurs façons de voir les choses ?

- Permettons-nous aux exclus de nos sociétés de contribuer eux aussi à une terre remplie de paix et d'harmonie ?

- Laissons-nous de la place dans nos équipes, dans nos écoles ou dans nos lieux de travail, à tous de s'affirmer ?

- Que faisons-nous concrètement pour aider la planète à respirer ?

- Quels lieux de dialogue pourrions-nous imaginer pour que les gens apprennent ensemble à créer du beau, à aimer le bon et à travailler pour le mieux-être de tous ?

Posons des panneaux d'arrêt avec des invitations à changer notre regard pour mieux goûter à la vie. Indiquons aussi sur des panneaux de voie ouverte les gestes posés pour vivre en harmonie avec les autres et la terre, prendre le temps de savourer, savoir apprécier les petites choses de la vie.

Regardons le monde !
Il y a tant à faire !

Nous sommes dans un monde où il y a une résistance au changement pour le meilleur quoi qu'on en dise. Nous avons des habitudes auxquelles nous tenons mordicus. Soyons conscients : il y a tant à faire. Il y a bien des causes à défendre dans nos milieux et dans le monde : dans nos familles, à l'école ou au travail, dans notre quartier, notre village, notre pays. Les lieux d'engagement sont multiples et les causes justes innombrables : la défense des minorités ethniques et culturelles, la lutte pour la dignité humaine, la promotion de la paix, la protection de la planète… Nous ne pouvons être partout et voir à tout.

Et ce n'est pas tout. Nous sommes dans un monde où il y a plusieurs formes d'injustice. Chacun devrait pourtant manger à sa faim, se loger convenablement, avoir accès à des soins de santé, pouvoir étudier dans de bonnes écoles, travailler en toute sécurité. Chaque personne doit avoir accès aux biens les plus élémentaires qui lui permettront de mener une vie digne de ce nom. Voilà notre défi : affirmer des valeurs respectueuses de la fraternité et de l'épanouissement de chacun ! Bâtir un monde juste demandera l'engagement de toute une vie, de toute notre vie.

Nous aborderons ce thème en trois volets :

- **Allons à la rencontre de notre terre !**
- **Apprenons à voir autrement !**
- **Osons des choix porteurs de vie !**

Continuons notre marche sereinement et en toute confiance d'avenir !

Nous vous invitons à aborder ce thème sous trois angles différents tirés de la Parole de Dieu.

1. Marc 8,22-26 : *Vois-tu quelque chose ?* Comment le Christ nous ouvre-t-il les yeux ? Que veut-il que nous voyons ?

2. Daniel 3,57-82 : *Toutes les œuvres du Seigneur, bénissez le Seigneur.* Que pourrions-nous chanter de beau de notre terre ?

3. Luc 10,29-37 : *Lequel s'est fait le proche de l'homme blessé ?* Pour mieux agir dans notre monde, il faut savoir reconnaître les appels de Dieu à servir les exclus de la vie, les blessés de la route, les appauvris de nos systèmes. Alors de qui, nous ferons-nous proches ?

Regardons le monde !
Allons à la rencontre de notre terre !

Nous vivons dans un monde en perpétuel mouvement. Les événements se multiplient et il nous arrive bien souvent que nous en perdons de grands bouts. Il faut dire aussi que suivre l'actualité n'est pas la priorité de tout le monde. À force de ne pas prendre le temps de comprendre ce qui transforme notre univers, nous pourrions avoir tendance à nous refermer sur notre petit monde. Enclore plus, nous pourrions plus facilement nous laisser prendre par les porteurs de fausses nouvelles. Bien sûr, il est impossible de tout voir et de tout connaître. Mais, osons ici aller à la rencontre de notre terre et voyons ce qu'elle a à nous dire.

- Un moyen de nous engager et de défendre des causes nobles est de nous renseigner. Que savons-nous des joies et des peines des gens de nos milieux de vie ?

Lieu	Les joies et les beautés	Les peines et misères
Ma famille		
Mon école		
Mon milieu de travail		
Mon quartier/village		
Mon pays		
Mon équipe SPV		
Ailleurs dans le monde		

- Parfois, il nous arrive de rejeter la nouveauté. Est-ce que je regarde le monde pour voir du nouveau ? Comment je vis avec la nouveauté ? Je l'accepte ? Je la rejette ? Et en même temps, quand je regarde autour de moi, qu'y a-t-il de neuf qu'il nous faudrait mettre en place ensemble ?

- Souvent nous entendons dans nos médias des personnes qui portent un jugement sévère sur le passé et quelques-unes qui n'arrêtent pas de dire que le passé était mieux. Comment allons-nous nous y prendre pour regarder les événements passés dans le contexte du passé - et non celui d'aujourd'hui - en vue d'en tirer des leçons de vie pour encore créer du neuf ?

- Si j'avais une seule phrase pour décrire la terre, quelle serait-elle ?

Regardons le monde !
Apprenons à voir autrement !

Il reste qu'il est important de bien comprendre ce qui se passe pour mieux intervenir. Devant un problème, une situation difficile ou un conflit, il est toujours important de voir les deux côtés des choses, voire les multiples facettes de la situation. Il est de plus en plus essentiel de nous ouvrir à ce que les autres sont, vivent et pensent. Sans renier ce que chacun est, c'est au contact de l'autre que je grandis, que j'affirme qui je suis, que je deviens ce que j'ai à réaliser pour un monde heureux.

La pandémie a placé bien des personnes devant la maladie, la solitude et même la mort. Se combinent à cette catastrophe mondiale, les nombreux conflits qui secouent le monde, privant de biens essentiels et d'une vie normale trop de personnes. Ces conflits sont souvent dus à une incompréhension, mais aussi au désir d'affirmer sa supériorité, de prendre possession des richesses des autres, d'imposer ses valeurs. Essayons ici de développer des habitudes pour voir le monde autrement.

- Tout le monde a vu tomber des pommes et Newton fut le premier à se questionner sur le « pourquoi ». Est-ce que je me questionne sur les intentions et les motivations des autres ? Est-ce que je me préoccupe de ce que vivent les autres ? Est-ce que je réagis devant les injustices que vivent les personnes autour de moi ?

- Aller vers les autres, c'est accepter de s'effacer un peu. Comment je laisse les autres montrer ce qu'ils sont ? Quelle place je leur laisse ? Est-ce que, de mon côté, je montre mon vrai visage ?

- Est-ce que j'accueille les idées différentes, les points de vue autre que les miens ?

- Qu'est-ce que je ne veux pas voir dans ma vie, ma famille, mon école, ma ville ? Qu'est-ce je ne vois pas assez dans ces mêmes lieux ?

- Quelle place suis-je prêt à laisser aux autres ?

Installons un miroir. Qu'est-ce que je vois de moi ? Puis, demandons aux autres ce qu'ils voient de moi.
Faisons le même exercice en nommant des situations d'injustice et de pauvreté. Apprenons alors à discuter sur des points de vue différents.

Regardons le monde !
Osons des choix porteurs de vie !

Il est beau de regarder le monde, mais il est aussi important d'oser des choix porteurs de vie, des choix qui permettent à tous de se relever debout et de marcher sereinement pour un monde plus axé sur la reconnaissance de l'importance de chaque personne. Regardons les choix que nous sommes invités à faire pour vivre debout à la suite du Christ qui libère la vie.

- Quelles sont les réalités à transformer dans mon milieu ? Quels choix sommes-nous appelés à faire ensemble pour changer ce qu'il y a à transformer ?

- Un moyen important de voir autrement notre monde et de l'amener à autre chose est de porter un témoignage de vie autour de nous. Cela passe par nos attitudes, mais aussi par des « actes qui sauvent ». Cette expression africaine exprime notre volonté de faire de bonnes actions par de petits actes et, comme dirait Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus : faire extraordinairement bien les choses les plus ordinaires. Quels sont ces actes qui sauvent que nous devrions poser ? Quel ordinaire devons-nous mettre de l'avant pour que l'extraordinaire se réalise ?

- Au Cameroun, le mot « combi », tiré d'un mélange de l'anglais et du français, exprime une amitié intime, une solidarité entre des personnes. Être combi, c'est être amis, s'accepter malgré nos défauts et nos différences… Quels gestes pouvons-nous poser pour renforcer cette solidarité ?

- Notre monde a aussi besoin d'engagements concrets qui changent la vie. Quelles paroles simples est-ce que je m'engage à dire comme « bonjour », « merci », « patience »… ? Quels gestes qui sauvent la vie suis-je prêt à poser comme ramasser les ordures, prendre soin de mon environnement, poser des actes gratuits ?

- Je dois aussi apprendre à faire des choix. Quelles sont les causes que nous devrions défendre ? Quelles sont celles que je peux faire ? Quelles sont celles que l'équipe peut faire ? Qu'est-ce que je dois laisser tomber ? Quelles valeurs nous aident à faire de tels choix ?

Je fais une liste de rêves que j'ai pour la terre. Quels sont ceux que je m'engage à réaliser cette année ? Comment vais-je m'y prendre ?

Entendons le cri des appauvris !
Un appel à la dignité

Ils sont partout les appauvris. Jésus dit même : « des pauvres, vous en aurez toujours » (Mc 14,7). Mais est-ce une raison pour rester les bras croisés ? À force d'entendre les histoires de guerre et de violence comme les problèmes des pauvres, nos oreilles finissent par se boucher, comme si nous voulions nous protéger. Mais de quoi au juste, avons-nous peur ?

Il est donc crucial de nous laisser atteindre par la clameur de ces femmes et de ces hommes exclus du partage des richesses et de l'accès à un lopin de terre, une terre pour tous, une terre qui nous est prêtée, nous rappelle les Premières Nations d'Amérique. Il est urgent de reprendre la route de nos villes et villages, allant à la rencontre des personnes qui attendent le long du chemin. À la manière de Jésus, laissons-nous toucher dans nos entrailles, laissons remuer en nous la vie, osons prendre le parti des sans-voix, des sans-droit, des sans dignité. C'est là que Dieu nous attend, c'est là que la Bonne Nouvelle prend tout son sens.

Nous aborderons ce thème en trois volets :

- **Sortons à leur rendez-vous !**
- **Retrouvons notre sens de l'indignation !**
- **Écoutons le cri de la terre !**

Marchons ! La route est encore ouverte aux faiseurs de vie autre.

Nous vous invitons à plonger dans la Parole de Dieu qui est un appel constant à nous faire proches des appauvris.

1. Luc 19, 1-10 : *Zachée, descends vite : il me faut aujourd'hui demeurer dans ta maison.* Comment répondrions-nous à cet appel de Jésus ? Que partagerions-nous avec les appauvris ?

2. Matthieu 14, 13-21 : *Jésus fut pris de pitié pour eux et guéri les infirmes. Donnez-leur vous-mêmes à manger.* Tout un appel ! Comment pouvons-nous venir en aide à tant de personnes qui autour de nous ont besoin ? Sur quoi et sur qui compter ? Quelles sont nos limites ?

3. Luc 3, 10-14 : *Maître, que devons-nous faire ? Que celui qui a deux tuniques , en partage une avec celui qui n'en a pas.* À quoi ce texte nous appelle-t-il ? Que dit-il sur notre manière de vivre ?

Entendons le cri des appauvris !
Sortons à leur rendez-vous !

Ouvrir nos oreilles ! Voilà le défi de nos jours : dépasser le bruit ambiant, celui qui nous étourdit, pour percevoir le murmure des appauvris, celles et ceux que nous n'entendons plus. Essayons donc de sortir des sentiers battus pour aller sur les routes des abandonnés et des laissés-pour-compte. Commençons par un petit exercice d'écoute.

Entendons-nous les rumeurs qui circulent autour de nous ? Ou les nouvelles ? Notons-en une dans chaque point qui suit.	**Est-ce positif ? Si oui comment ?**	**Est-ce négatif ? Si oui pourquoi ?**
Une rumeur qui circule dans l'école		
Une rumeur dans la famille		
Une rumeur dans le village		
Une rumeur dans notre groupe...		

Maintenant que nous voulons prendre l'habitude de mieux entendre, ce qui se passe, remplissons le tableau qui suit. Essayons de voir qui sont les exclus de nos systèmes : à l'école, dans le village… Il y a la pauvreté matérielle, le rejet des autres, le manque d'amour, l'exclusion des groupes d'amis, l'injustice sociale, la non reconnaissance de ce que je suis, la faim, le manque de logement, etc.

Qui sont les appauvris dans nos milieux ? Qui a besoin d'être écoutés, entendus, visités ?	**Pourquoi disons-nous qu'ils sont pauvres ? Quels en sont les signes ?**	**D'où vient leur pauvreté ? Ça dépend de qui ? De quoi ?**

Entendons le cri des appauvris !
Retrouvons notre sens de l'indignation !

Nous sommes invités à nous méfier un peu des beaux discours. Trop souvent pour ne pas voir que nos systèmes provoquent la misère et l'injustice, on choisit de dire que la vraie pauvreté est un manque de présence et d'affection. Attention ici ! Prenons un exemple : il y a des personnes dans des centres spécialisés de soins de longue durée. Certaines sont souvent seules et n'ont peu ou pas de visite de personnes de leur famille. Nous dirons alors facilement qu'elles sont des pauvres en manque de présence, d'amour, de soutien. Tout en étant vrai, il faut aller plus loin. Pourquoi sont-elles dans de tels centres ? Pourquoi la société a-t-elle créé de tels lieux ? Est-ce que cela répond bien aux besoins des gens ? Les services offerts sont-ils adéquats ? Attention, ne tombons pas non plus dans la caricature. Sortons ici du préjugé que ces centres sont tous inadaptés aux besoins . En effet, il y a bien des personnes qui en ont un réel besoin.

Il est donc nécessaire de bien comprendre la pauvreté qui nous entoure, de chercher à en voir les causes pour intervenir plus adéquatement. Comme Jésus, il faut se laisser toucher par la misère humaine. Elle doit remuer nos entrailles, nous toucher au cœur de ce que nous sommes. Essayons donc d'aller plus loin.

- Comment pouvons-nous venir en aide aux appauvris ? Ne cherchons pas des mesures du type *fast-food*. Prenons le temps de trouver avec les personnes concernées des pistes de solution qui permettent de mieux vivre.

- Nous nous présentons souvent comme les sauveurs qui arrivent à la rescousse des appauvris. Il est important d'aider les exclus à prendre part à cette démarche dans le respect de leur dignité. Que devrions-nous changer dans notre manière de voir les autres ? De venir en aide aux personnes ? Les écoutons-nous ? Donnons-nous une place dans nos équipes aux personnes qui ont de la difficulté ? Acceptons-nous de changer d'idées ?

- Y a-t-il des causes pour lesquelles nous devrions nous engager ?

- Y a-t-il des situations ou des événements qui nous choquent, qui soulèvent en nous la colère ? Comment réagissons-nous ? Que pourrions-nous faire pour que les choses changent ? Pensons ici à tous les « ismes » du monde : sexisme, racisme…

Entendons le cri des appauvris !
Écoutons le cri de la terre !

La pauvreté ne concerne pas que les humains. Notre terre est de plus en plus le parent pauvre de nos sociétés. Nous consommons à outrance, nous coupons les forêts, nous pratiquons une culture intensive peu respectueuse des sols, nous utilisons les ressources naturelles sans limite… Nous pourrions continuer à faire une liste désastreuse. Et que dire des changements climatiques qui causent de plus en plus de problèmes à notre terre, voire même à la survie de la race humaine. Sans tomber dans la panique ou les visions apocalyptiques, osons plutôt croire en notre capacité de changer.

Faisons le portrait de notre terre dans nos milieux de vie et nos pays respectifs.

- Quelles sont les beautés de notre terre que nous voudrions conserver ? Que pouvons-nous faire pour embellir notre environnement immédiat ? Maison, école, quartier, village…

- Qu'est-ce qui ne va pas bien sur notre planète ? Et plus précisément autour de nous ?

- Devons-nous revoir notre manière de consommer ? Sommes-nous de ces personnes qui gaspillent les biens de la terre ? Regardons nos habitudes. Que pensons-nous du « acheter-consommer-jeter-racheter-suivre la mode » ?

- Notre alimentation est-elle respectueuse des capacités de la terre de produire ce dont il est nécessaire pour chacun ? Que devrions-nous changer ?

Ouvrons nos mains pour un monde autre !
Une terre à aimer, un monde à servir !

Toute personne se construit dans l'accueil de l'autre et la reconnaissance de sa différence. Il en est de même pour notre planète. Comment allons-nous ouvrir nos mains pour renouveler la face de la terre ? Dès le départ, nous devons nous sentir concernés par l'avenir de notre monde. Nous ne pouvons demeurer indifférents devant d'un côté les beautés du monde et de l'autre l'intolérable scandale de la pauvreté et de l'exclusion. Notre monde n'est pas monolithique.

Ouvrir nos mains, c'est ouvrir la porte à un monde plein de vie. Il s'y passe tellement de choses qu'il nous est impossible de tout voir. Mais, chose certaine, notre terre vaut la peine d'être aimée, d'être servie… et d'être défendue devant tout ce qui la détruit. Nous sommes appelés à travailler pour un monde où il n'y a plus d'exclus et de marginalisés, d'appauvris et de rejetés. Nous ouvrir, c'est avoir l'audace d'aller vers l'autre, offrant ce que nous sommes et accueillant ce qui vient. Nous ouvrir, c'est avoir confiance que nos gestes ont du sens et qu'ils changent quelque chose, c'est porter l'espérance que Dieu est au rendez-vous de ceux qui luttent pour la dignité de tous, y compris de notre environnement menacé.

Nous aborderons ce thème en trois volets :

- **Découvrons les beautés de notre monde !**
- **Soyons à l'écoute de la vie !**
- **Revoyons nos habitudes et nos attitudes !**

Allons au rendez-vous qui nous est fixé, celui d'ouvrir nos mains de fraternité et de solidarité !

La Parole de Dieu est un lieu où nous pouvons voir la recherche des humains vers un monde meilleur. Arrêtons-nous aux textes suivants.

1. Matthieu 8,23-27 : *Et voici qu'il y eut une grande tempête. Pourquoi avez-vous peur ?* Quelles sont les tempêtes qui secouent notre planète ? Avons-nous assez de foi pour croire que le beau temps peut revenir ?

2. Matthieu 10, 40-42 : *Qui m'accueille, accueille Celui qui m'a envoyé. Quiconque donnera à boire à l'un de ces petits ne perdra pas sa récompense.* Comment accueillons-nous Dieu dans nos vies ? Quels en sont les signes ?

3. Luc 12, 33-34 : *Où est votre trésor, là aussi sera votre cœur.* Quel trésor possédons-nous ? Où est-il ? Le partageons-nous ?

Ouvrons nos mains pour un monde autre !
Découvrons les beautés de notre monde !

Quand nous prenons un peu de recul, nous pouvons constater que le monde est rempli de beautés, mais aussi blessé par de nombreux conflits, la pauvreté, la haine. Ici, nous voulons regarder les beautés de notre monde. Nous reviendrons dans les prochaines sections sur les actions à mener contre tout ce qui détruit la vie.

- Connaissons-nous notre quartier ou village. Quels sont les lieux qui sont beaux ? Quels beaux paysages existent dans notre pays ? Notons ici les beautés de la nature. Prenons des photos de ces lieux. Allons les visiter. Organisons une excursion.

- La beauté passe aussi par des personnes et des gestes. Complétons ensemble le tableau qui suit. Regardons si cela est vécu dans notre équipe, notre famille, notre école, notre paroisse, etc.

Une beauté	Est-elle vécue à plein ?	Quel geste devons-nous poser pour la garder ou la développer ?
Des gens s'amusent ensemble.		
Le partage est équitable.		
Tout le monde est valorisé.		
Nous prenons du temps pour nous parler.		
Nous avons des rencontres qui nous permettent de nous enrichir.		
Les différences sont acceptées.		
Le respect est mis de l'avant.		
Chacun peut s'exprimer.		
Continuons la liste…		

Ouvrons nos mains pour un monde autre !
Soyons à l'écoute de la vie !

Pour accueillir un monde autre, il faut faire de nos mains des lieux de rencontre pour mieux découvrir la vie. Nos mains auront besoin des yeux pour voir et des oreilles pour entendre. La vie est là, découvrons-la.

- Que voudrions-nous voir changer dans nos milieux de vie (famille, école, paroisse, lieu de travail, équipe SPV) pour que le respect et l'affirmation des forces de chacun se vivent ?

- Pour aller vers l'autre et tendre la main, il faut une bonne dose de courage et de confiance. Avons-nous ces qualités ? Comment les développer ? Quelles autres qualités nous faut-il ? Comment aider les autres à acquérir plus de confiance pour oser aller vers les autres ?

- Une rencontre est un lieu d'échange. Qu'est-ce que j'ai à offrir aux autres et au monde ? Qu'est-ce que notre équipe a à offrir aux autres et au monde ?

- Nous ne pouvons bâtir seuls un monde différent. Y a-t-il des groupes avec qui nous pourrions collaborer pour un meilleur monde ? Y a-t-il des personnes à inviter à marcher avec nous ?

- Notre monde est bien fragile, il nous faut en être conscients. Nommons les fragilités de notre monde et essayons de voir ce que nous pouvons faire pour les transformer en force. Pensons ici aux insécurités, à l'isolement, aux tensions, à la violence verbale comme physique, etc.

Ouvrons nos mains pour un monde autre !
Revoyons nos habitudes et nos attitudes !

Ouvrir nos mains, faire place aux autres dans nos vies, entendre le cri du monde. De beaux défis qui appellent à des changements de nos habitudes et à des transformations de nos attitudes. Le contact avec les autres ne peut nous rendre indifférents. Au contraire, nous changeons au fil des ans en accueillant ce que l'autre a à offrir. Essayons de voir ce que nous avons à revoir dans nos vies et dans celle de nos groupes.

- Si nous écoutons et lisons les nouvelles au jour le jour, il y a parfois de quoi perdre confiance en la vie. Comment pourrions-nous développer une manière de voir les bons côtés des choses même lors d'annonces négatives ?

- Quand nous entendons parler de l'environnement et des changements climatiques, il y a de quoi désespérer. Tout est présenté de manière apocalyptique, de fin du monde. N'y a-t-il pas le danger de provoquer la démission des uns et des autres : il n'y a plus rien à faire ? Comment soutenir notre engagement malgré la lourdeur de la tâche à accomplir ? Essayons de reconnaître les toutes petites victoires qui se réalisent jour après jour.

- Donner de la place est valorisant. Nous le savons bien, mais nous continuons trop souvent à prendre toute la place. Quelles attitudes avons-nous à développer pour changer cette manière de faire où nous ne permettons pas aux autres d'affirmer leur différence et de parler de leurs idées ?

- Pour créer un monde différent, il y a bien des attitudes à revoir ou à améliorer. Voici quelques exemples. Pour chaque attitude présentée, je note si je la vis déjà ou ce que je ferai pour mieux la vivre.

  ⇒ Je me sens concerné par ce que vivent les autres.
  ⇒ Je m'intéresse à ce qui se passe dans le monde.
  ⇒ Je deviens ami d'une personne rejetée.
  ⇒ Je corresponds avec un membre du SPV ailleurs dans le monde.
  ⇒ Je partage mes idées et je respecte celles des autres.
  ⇒ Je débats dans le respect avec les autres même quand je ne partage pas leur vision.
  ⇒ Je suis touché par la misère des autres, la pauvreté, le rejet.
  ⇒ Je suis ouvert au changement.
  ⇒ Je prends le temps de m'écouter, de reconnaître mes forces et mes défis.
  ⇒ Je donne de la place aux autres.
  ⇒ J'affirme ce en quoi je crois, mes valeurs, ma volonté de lutter pour un monde juste.
  ⇒ …

Respirons les parfums du monde !
Un temps pour nous reconnecter au monde !

Les vents de notre monde nous apportent des odeurs bien variées. Quand nous marchons l'été, nous humons l'odeur des fleurs d'un parc, nous percevons le parfum d'un plat qui cuit, nous sentons aussi des odeurs moins agréables. Notre mémoire enregistre plein de parfums différents : la cuisson d'un mets nous rappelle soudain un temps d'enfance, une autre odeur ravive un temps d'école, etc. C'est dire qu'il est important de rester connecter à notre terre pour mieux l'aimer et lui permettre de respirer des parfums de liberté, de protection, de paix.

Nous essaierons donc ensemble de cerner tout ce dont nous devons mettre de l'avant pour permettre aux multiples odeurs de notre monde d'éclater aux grands jours pour lui donner des airs de jeunesse, de tendresse, de créativité, d'audace.

Nous aborderons ce thème en trois volets :

- **Humons les parfums de la diversité !**
- **Reconnectons-nous avec la terre !**
- **Sentons la sueur des combattants de la justice !**

Exerçons nos nez ! Ne manquons pas de reconnaître les parfums de la joie, de la confiance et de la vie heureuse !

En parcourant la Parole de Dieu, nous pouvons sentir l'odeur des routes humaines, des routes qui nous amènent à vivre ensemble.

1. Jean 12,1-8 : *Marie répandit le parfum sur les pieds de Jésus et la maison fut remplie de ce parfum.* Judas aurait préféré qu'il soit vendu. Sur les pieds de qui, sommes-nous invités à répandre des parfums ? Suis-je de ceux qui auraient préféré le vendre plutôt que l'offrir ? Quels gestes de bonté sommes-nous appelés à faire ? Pour qui ?

2. 2 Corinthiens 2,15-16 : *Nous sommes pour Dieu la bonne odeur du Christ ; pour les uns, odeur de mort qui conduit à la mort, pour les autres, odeur de vie qui conduit à la vie.* Quelles odeurs répandons-nous autour de nous ? Elles font surgir la vie ou détruisent celle-ci ?

Respirons les parfums du monde !
Humons les parfums de la diversité !

La beauté du monde est dans sa diversité. Pensons à un morceau de musique : il faut une variété de notes pour que ce soit mélodieux. Ou bien à un jardin de fleurs : notre œil est attiré par les variétés des couleurs et notre nez par les multiples parfums. Et que dire d'un potager : la variété des légumes dégageront de bonnes odeurs lors de la cuisson et nous feront davantage apprécier le repas qui vient. Notre monde n'est-il pas ainsi ?

- Comment les parfums nous touchent-ils ? Ils nous affectent négativement ou nous font sourire un peu ? Devant certaines odeurs, avons-nous tous la même réaction ? Sentons-nous la même chose ?

- Il faut le reconnaître : il y a des odeurs nauséabondes. Les ignorons-nous ? Les cachons-nous ? Ou au contraire, acceptons-nous d'envisager lucidement tout ce qui ne permet pas à notre monde de sentir bon ?

- Dans nos villes, il y a de multiples parfums. On a l'impression parfois de ne plus savoir où tourner la tête pour voir d'où vient ce parfum ? Faisons un parallèle avec notre vie. Sommes-nous trop sollicités de toutes parts ? Comment faisons-nous des choix pour ne pas perdre le souffle et notre capacité de respirer un peu ?

- Autour de nous, il y a plusieurs parfums et des odeurs de toutes sortes qui nous permettent de vivre debout. Essayons de les nommer.

  ⇒ Un parfum de paix
  ⇒ Une odeur de justice
  ⇒ La sueur d'un travail bien fait
  ⇒ Un arôme d'attention et d'ouverture
  ⇒ Un fumet plein de variété
  ⇒ Une fragrance de défense des droits
  ⇒ Un baume de tendresse
  ⇒ Un...

Respirons les parfums du monde !
Reconnectons-nous avec la terre !

Pour les citadins, il est parfois difficile de croire que la terre sent quelque chose. Il suffit de marcher dans un boisé au printemps et à l'automne pour en percevoir la différence. Notre terre dégage beaucoup de vie. Il est temps de nous en approcher, de la toucher, de la goûter et de la sentir. Approchons-nous d'elle ! Reconnaissons que nous n'en sommes pas propriétaires, mais de fidèles serviteurs qui en prennent soin pour la transmettre à d'autres.

- Connaissons-nous notre milieu de vie ? Faisons le tour de notre village ou de notre quartier. Qui sont nos voisins ? Quels sont les commerces de proximité ? Y a-t-il des zones vertes et des espaces fleuris ? Traçons donc le portrait de notre environnement.

- Au-delà de la matière, il y a des gens qui occupent la terre. Est-ce que nous connaissons bien les habitants de nos villes ? Savons-nous d'où ils viennent ? De quels peuples ? De quelles ethnies ? Et pourquoi ne pas nous donner l'objectif de connaître de nouvelles personnes cette année ?

- Sommes-nous engagés dans notre quartier ou village dans la protection de notre environnement ? Quels gestes pourrions-nous poser pour sensibiliser notre milieu à prendre soin de la terre ?

- Quels sont les parfums de nos milieux de vie ? Connaissons-nous comment vivent nos voisins et nos amis dans leurs maisons ? Leur quotidien ? Leur alimentation ? Leurs loisirs ?

- Et pourquoi ne pas prendre contact avec une équipe SPV ailleurs dans le monde ? Comment ses membres vivent-ils ? Est-ce que tout va bien ? Quelles sont leurs joies et leurs difficultés ? Comment trouvent-ils le beau et le bon ?

- Quelle activité environnementale pourrions-nous mener ? Campagne d'assainissement ? Participation à un programme de gestion des déchets domestiques ? Plantation d'arbres ? Embellissement devant nos maisons ? Création d'un potager ?

Respirons les parfums du monde !
Sentons la sueur des combattants de la justice !

Le combat pour un meilleur monde n'est pas de tout repos. Il est important de nous entourer de personnes qui peuvent nous soutenir. Il faut aussi savoir nous engager dans des projets selon les moyens que nous disposons. Nous n'avons pas le mandat de sauver le monde, mais de l'aider à se prendre en charge pour vivre debout dans le respect des uns et des autres.

- Connaissons-nous des personnes engagées dans des projets de vie heureuse ? Ou des groupes ? Organisons une rencontre avec ces personnes-groupes pour mieux comprendre leurs engagements. Essayons de voir aussi ce qui les anime, où ils puisent leurs énergies, comment ils se reposent ?

- Il reste que nous devons apprendre à nous reposer et refaire nos forces. Savons-nous nous arrêter ? Nous sentons nous coupables de ne rien faire et de prendre du recul dans nos engagements ? Le temps nous manque souvent. Comment pourrions-nous l'utiliser pour être en mesure de lutter pour la justice tout en ayant des temps de doux repos, des moments de fraternité joyeuse ?

- Quelles sont les odeurs que nous dégageons nous-mêmes ? Nos odeurs sont-elles négatives pour les personnes autour de nous ? Sommes-nous des personnes qui démotivent les autres ? Sommes-nous naturellement des personnes positives ? Comment nous assurons-nous de dégager des parfums qui sont des facteurs de changement ?

- Si nous sommes en contact avec une personne qui dégage des parfums qui tuent la vie, comme la désinformation ou les insultes, comment réagissons-nous ? Notons d'abord ces parfums, puis choisissons le moyen que nous prendrons pour assainir l'air.

- Quels sont les parfums qui font rêver ? Des parfums de petites victoires, d'espérance, de joie partagée, de justice retrouvée ?

- Quels parfums devrions-nous rechercher ? Ceux de l'accueil de la diversité ? De l'ouverture aux autres ? De la recherche de la communion ? Et quels autres encore ?

Provenance des photos

Les photos de ce programmes sont tirées du site web du SPV : spvgeneral.org
Ce sont toutes des activités du SPV.

P. 3 - pause-santé pendant une session au Cameroun
P. 4 - activité de lancement d'une équipe à Ouagadougou
P. 7 - mise en place d'un robinet pour offrir de l'eau dans un secteur de Kinshasa
P. 8 - repas de la *Soupe à la Une* au Centre SPV de Montréal
P. 9 - partage d'un gâteau en Côte d'Ivoire
P. 10 - un beau résultat de la pisciculture de Antananarivo
P. 11 - activité avec des enfants au Cameroun
P. 12 - activité avec des jeunes en Côte d'Ivoire
P. 14 - pause musique dans une activité au Cameroun
P. 15 - activité avec de jeunes enfants du Madagascar
P. 17 - une photo des enfants du Centre Meva-Léandre Dugal du Madagascar
P. 18 - projet poulailler du SPV de la RD Congo, collation dans une activité au Cameroun
P. 19 - projet SPV de la Côte d'Ivoire
P. 21 - activité aux Camps de l'Avenir du Burkina Faso
P. 23 - préparation d'un repas lors d'un rassemblement en Haïti
P. 24 - activité aux Camps de l'Avenir du Québec
P. 25 - repas à Gros-Morne en Haïti
P. 27 - une partie des concepteurs des programmes SPV

Table des matières

Programme SPV : mode d'emploi 3

Une Parole pour la route 4

Goûtons ! Voyons ! Entendons ! Touchons ! Respirons !
Sur la route des amoureux de la vie ! 5

Un voyage à préparer !
Une fraternité à cultiver ! 6

Goûtons à la vie !
Il est toujours temps de vivre ! 7
Cultivons la patience ! 8
Vivons simplement ! 9
Agissons ! 10

Regardons le monde !
Il y a tant à faire ! 11
Allons à la rencontre de notre terre ! 12
Apprenons à voir autrement ! 13
Osons des choix porteurs de vie ! 14

Entendons le cri des appauvris !
Un appel à la dignité 15
Sortons à leur rendez-vous ! 16
Retrouvons notre sens de l'indignation ! 17
Écoutons le cri de la terre ! 18

Ouvrons nos mains pour un monde autre !
Une terre à aimer, un monde à servir ! 19
Découvrons les beautés de notre monde ! 20
Soyons à l'écoute de la vie ! 21
Revoyons nos habitudes et nos attitudes ! 22

Respirons les parfums du monde !
Un temps pour nous reconnecter au monde ! 23
Humons les parfums de la diversité ! 24
Reconnectons-nous avec la terre ! 25
Sentons la sueur des combattants de la justice ! 26

Provenance des photos 27
Table des matières 28