

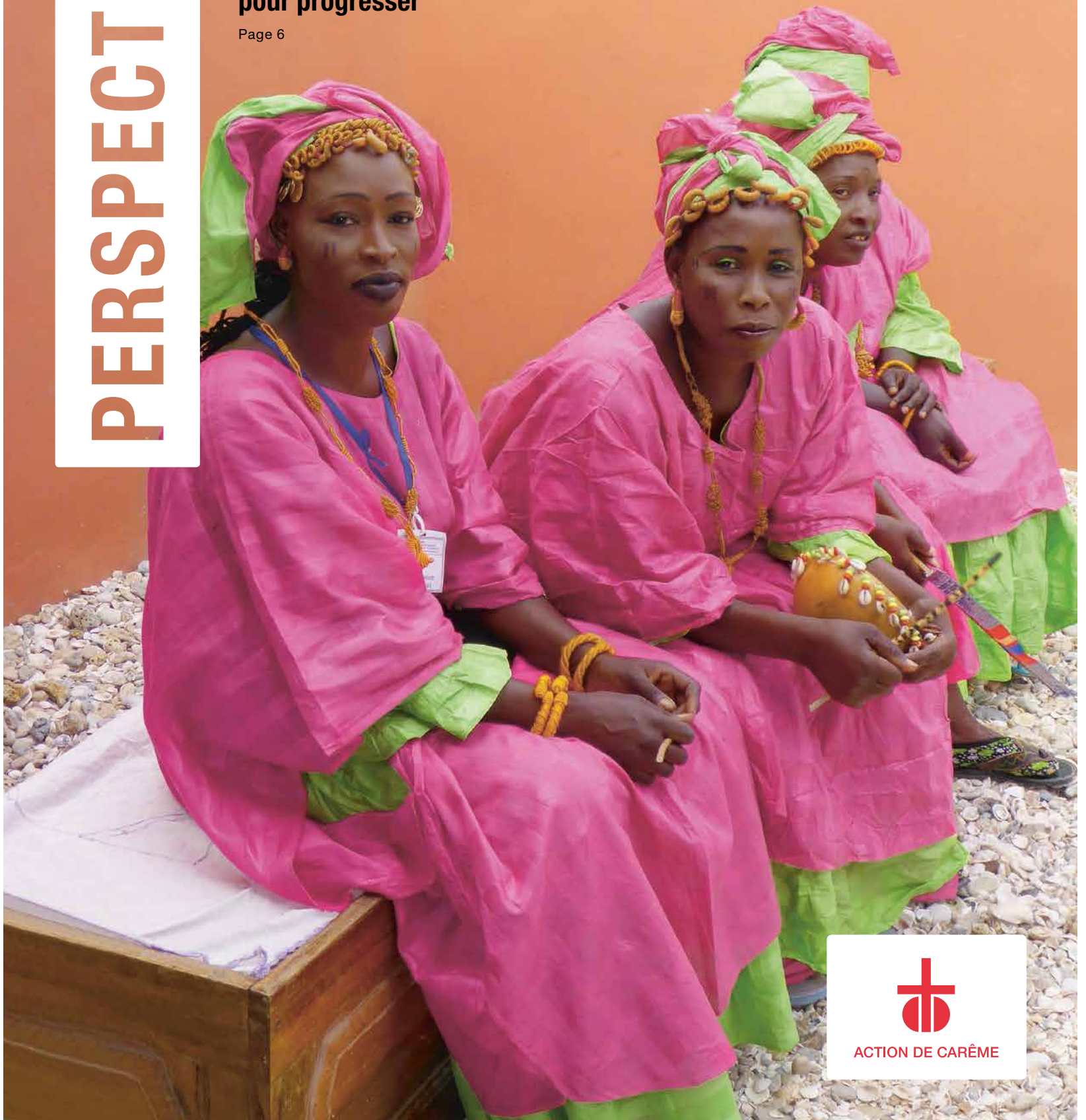
PERSPECTIVES

Un nouveau paradigme se dessine

Page 3

Sénégal : s'unir pour progresser

Page 6



ACTION DE CARÊME

Chère lectrice, cher lecteur,

À l’instar de notre slogan « Prenons part au changement », l’heure est venue de nous interpeller sur notre mode de vie. Il est à l’origine des graves crises environnementale et sociale de notre époque. L’humanité peut résoudre les problèmes qu’elle a elle-même occasionnés, nous en sommes persuadés.

Comment œuvrons-nous à ce changement ? *Action de Carême* aide ceux qui n’ont pas droit à la parole à se faire entendre, dénonce les conséquences des crises mondiales et réalise des projets pour attaquer les problèmes à la racine. Tout cela grâce à vos dons.

Nous « prenons part au changement » aussi en nous changeant nous-mêmes, dans une démarche que le pape François appelle « la conversion écologique ». Il nous invite ainsi à prendre conscience que nous faisons partie de la nature : si nous la détruisons, nous nous détruisons. Employons-nous donc à prendre chaque jour « part au changement ». Une démarche vouée au succès si nous sommes nombreuses et nombreux à y participer.



Berns Nilles,
directeur d’*Action de Carême*

CONTENU

DON : MODE D’EMPLOI
Devenez sympathisant
d’*Action de Carême*

Page 4

NICK BEGLINGER
« La nécessité d’une
réglementation est
incontestable »

Pages 5

DANS LES RÉGIONS
Formations, projections
et manifestations

Pages 8-9

Impressum :
Une publication
d’*Action de Carême*, 2018
Rédactrice en chef :
Pascale Schnyder (pst)
Rédaction : Colette Kalt (ck),
Tiziana Conti (tc),
Daniel Tillmanns (dt)
Mise en page et réalisation :
Crafft Kommunikation, Zurich
Travail sur les photos : Schellenberg
Druck AG, Pfäffikon (ZH)
Impression : imprimerie Kyburz AG,
Dielsdorf
Tirages : 39 600 de / 6900 fr
Parait : quatre fois par an
Prix : CHF 5.- par donateur/donatrice
sont utilisés pour l’abonnement
Contact : *Action de Carême*,
actiondecareme@fastenopfer.ch,
021 617 88 81

Un nouveau paradigme se dessine

Toute mutation implique un processus à long terme dont la campagne œcuménique 2018 peut constituer une étape importante. Elle sera l'occasion, pour nous, non seulement d'esquisser des actions concrètes, mais aussi d'encourager à participer à ce processus.



Les Adivasis du diocèse de Diphu, en Inde, ont appris à se mobiliser pour défendre ensemble leurs droits.

Depuis des années, *Pain pour le prochain* et *Action de Carême* se mobilisent pour protéger les droits humains, la nature et le climat. Or, nous devons constater que réparer les dégâts causés par le modèle économique actuel reposant sur la consommation et la concurrence ne suffit plus. Nos organisations souhaitent contribuer à mettre en place un nouveau modèle, un changement radical de paradigme qui transformerait profondément notre

système de valeurs et nos modes de vie. Cette « new story » aspire au bien commun et se fonde sur la coopération entre individus et entre groupes, en lien étroit avec notre environnement.

On peut citer l'exemple du mouvement de l'Economie sociale et solidaire (ESS) qui provient d'Amérique latine. Les entreprises de l'ESS travaillent dans le respect des normes sociales et solidaires. Tout gain individuel étant proscrit, les bénéfices déga-

gés par une société de l'ESS sont réinjectés dans sa structure. Ces dernières années ont vu aussi l'émergence des « benefit corporations » qui placent les questions sociales et environnementales au cœur de leurs activités. C'est le cas de l'entreprise néerlandaise Fairphone ou de la valaisanne Opaline.

Grâce au « faire ensemble », de nombreux projets atteignent leurs objectifs bien plus rapidement que ceux dans lesquels les individus se livrent à une concurrence acharnée. Ces modèles de travail existent dans tous les pays, que ce soit dans de riches nations industrialisées, par exemple les mouvements « Transition Town » en Grande-Bretagne ou « Slow Food » en Italie, ou dans nos pays partenaires, comme les groupes de femmes ou les groupes d'épargne. Nous pensons aussi aux éco-villages et éco-quartiers, aux plateformes de partage, aux projets agricoles coopératifs ou aux monnaies parallèles. Nous souhaitons promouvoir ce type de modèles avec tous les avantages qu'ils présentent pour ceux qui y adhèrent, notamment en raison de l'espace d'autonomie et de créativité qu'ils offrent, tant en Suisse que dans nos pays partenaires.

— Sophie de Rivaz

Prenons part au changement, créons ensemble le monde de demain !

À l'instar de la légende du colibri, notre slogan de campagne invite à faire sa part, si petite soit-elle. Les trois actions que nous vous proposerons n'ont pas la prétention de changer le monde, mais elles y contribuent !



OFFRIR UNE ROSE

Le samedi 10 mars 2018, dans toute la Suisse, des milliers de bénévoles proposeront des roses équitables. Pour 5 francs, vous l'offrirez à la personne de votre choix et votre argent financera nos projets.

www.voir-et-agir.ch/roses



ACHETER UN PAIN

Du 14 février au 1^{er} avril 2018, plus de 600 boulangeries suisses vous proposeront de soutenir nos projets d'aide au développement en achetant un de leurs pains, majorés de 50 centimes.

www.voir-et-agir.ch/pain



GROUPES DE JEÛNEURS

Jeûner durant notre campagne, c'est faire l'expérience que moins peut être plus. En effet, de nombreuses personnes jeûnent durant notre campagne et versent la somme qu'ils n'ont pas dépensé en nourriture pour soutenir nos projets. Nous vous invitons à rejoindre l'un des groupes constitués.

www.voir-et-agir.ch/jeune

Pour plus d'informations sur notre campagne et nos actions : www.voir-et-agir.ch



Dans la région côtière des Philippines près d'Infanta, de nombreux enfants vivent dans une pauvreté extrême.

Devenez sympathisant d'Action de Carême

Faire un don, c'est laisser parler son cœur. Mais c'est aussi une question de bon sens. Pour que l'action soit efficace, les dons doivent être utilisés avec grand soin.

De bonnes idées, du temps et du travail, mais aussi de l'argent. Face à la distribution inégale des ressources sur notre planète, vous pouvez soutenir les personnes qui bénéficient de nos projets. Tout don est ainsi un pas vers la justice entre le Nord et le Sud. Un pas que beaucoup font déjà en versant un don durant le carême ou en alimentant la pochette si connue. Mais que faire si l'argent fait défaut à ce moment-là ?

Votre engagement pour la justice

Action de Carême avance avec son temps et n'ignore pas que les appels aux dons restent souvent sans réponse. La solution existe, simple, avantageuse et directe : recevoir une fois par année une lettre rappelant que la cotisation annuelle est due. Grâce à un système souple, toute personne peut s'engager, à bon escient, dès 80 francs par année.

Devenez sympathisant ou sympathisante d'Action de Carême à partir de 80 francs par année

En devenant sympathisant d'Action de Carême, vous aidez, année après année, des personnes qui n'ont connu que la privation et la misère. Changements climatiques, accaparement des terres et déplacements forcés : dans ces situations, votre cotisation est synonyme de justice et d'accès à la terre, aux semences ou encore

à une assistance juridique. Une façon d'aider nos semblables à prendre leur destin en mains. Et que fait *Action de Carême* ? Grâce à votre cotisation annuelle, nous pouvons, nous et nos partenaires locaux, garantir la viabilité de nos projets et améliorer ainsi graduellement la situation des personnes en détresse.

Devenir sympathisant : mode d'emploi

Comme chaque année, vous recevrez notre appel aux dons durant le carême. Cette année, notre lettre vous parviendra à la mi-mars. Certains recevront, avec cet appel aux dons, des informations en qualité de sympathisant ou de parrain. Il leur suffira ensuite de remplir le bulletin de versement joint à cet effet.

Etes-vous déjà sympathisant ou sympathisante ?

Vous recevrez, durant le carême, votre certificat de sympathisant ainsi qu'une invitation à le renouveler. Le bulletin de versement vous indiquera si vous avez déjà réglé votre cotisation annuelle ou non.

— Adrian Wismann

Vous pouvez nous appeler ou nous écrire : 021 617 88 89 / info@fastenopfer.ch

Lire et agir

Notre action

Action de Carême travaille avec des partenaires de projet et propose une aide pour l'autosuffisance.

Votre soutien

Votre don annuel offre la sécurité nécessaire à nos partenaires pour diminuer la misère. CCP 10-15955-7

« La nécessité d'une réglementation est incontestable »

Plutôt que de monter aux barricades avec les sempiternels arguments de la perte d'emplois et de la bureaucratie, l'économie suisse ferait bien de participer à l'élaboration de solutions. C'est la thèse de Nick Beglinger, économiste et directeur de la fondation Cleantech21.

Entrepreneur, puis président de Swisscleantech durant sept ans, vous soutenez, malgré tout, l'initiative pour des multinationales responsables. Pourquoi ?

Il faut résoudre les problèmes qui se posent. Et, au moins, depuis la publication des « Paradise Papers », personne ne peut nier que des problèmes émaillent les activités des multinationales. Ces dernières années, l'économie s'est retranchée derrière ses positions sur des sujets aussi importants que l'énergie, la protection de l'environnement et les droits humains, perdant ainsi une bonne partie de la confiance que lui accorde la population. Si elle entend récupérer cette confiance, il faut qu'elle assume ses responsabilités. Elle doit ainsi s'allier à d'autres parties prenantes pour trouver des solutions, au lieu de refuser, par principe, tout échange à ce sujet.

D'où provient cette attitude défensive dès lors que l'on parle réglementation ?

J'ai déjà observé ce réflexe dans des débats sur d'autres sujets politiques, comme le réchauffement climatique. Pour le comprendre, il faut connaître le mode de fonctionnement de ces



Économiste diplômé, Nick Beglinger dirige la fondation Cleantech21 qu'il a créée en 2007. Il a aussi fondé l'association économique swisscleantech, qu'il a présidée de 2009 à 2016.

organisations. Dans les associations traditionnelles, comme economieuisse, ce sont les entreprises qui jouent le plus gros sur un sujet qui se font le plus entendre. Ainsi, dans les débats sur l'énergie et la politique climatique, cette association a servi les intérêts particuliers de l'Union pétrolière et des gros producteurs d'électricité et, pour la réglementation du secteur bancaire, seuls compaient les arguments de l'Association suisse des banquiers. Les autres secteurs se tiennent cois,

afin que leurs intérêts soient aussi défendus lorsque leur tour viendra. En raison de ce mécanisme particulier, economieuisse défend toujours les intérêts particuliers d'un groupe marginal, au nom de l'économie. J'ai vécu ce fonctionnement durant des années.

Que pensez-vous des arguments : bureaucratie, perte d'emplois, danger pour notre économie ?

Il s'agit là de vieilles rengaines qu'on ne cesse de ressasser,

mais qui ne se sont jamais avérées. Quiconque observe l'évolution du monde et écoute les expert-e-s de l'OCDE s'aperçoit rapidement que des règles seront de toute façon adoptées dans les domaines de l'environnement et des droits humains. La Suisse devrait s'employer à jouer un rôle actif et prendre part au débat à l'échelle internationale. Si nous ratons une fois de plus le coche, nous manquerons l'occasion d'influencer les règles. Et les multinationales auront alors de vraies raisons de se plaindre de la bureaucratie, car elles devront se dépêtrer dans un ensemble hétéroclite de règles et normes contradictoires. La politique de l'autruche n'est donc pas une stratégie valable.

L'image de la Suisse n'est-elle pas en danger en s'obstinant à ne miser que sur des mesures volontaires ?

Oui, tout à fait. Cessons d'être naïfs et de prétendre qu'il n'est pas nécessaire que l'Etat intervienne dans des domaines aussi importants que la fraude fiscale, les atteintes aux droits humains ou la pollution de l'environnement : c'est précisément dans ces situations qu'il nous faut un Etat. Selon ses statuts, une entreprise a pour mission principale de maximiser le bénéfice versé aux actionnaires. Et le rôle de l'Etat est d'optimiser le cadre dans lequel évoluent les acteurs de la société et de l'environnement. Dès lors, la question n'est, à mon avis, pas de savoir s'il faut ou non une réglementation, mais seulement de connaître les mécanismes qui en permettent la formulation et l'adoption. L'idéal est de combiner simplicité et efficacité. Plutôt que peindre le diable sur la muraille, l'économie ferait mieux de participer au débat, de peur de laisser passer sa chance.

— Pascale Schnyder

S'unir pour progresser

Manque de nourriture pendant la saison des pluies, soins de santé inabordables et impossibilité de s'affranchir de la spirale de l'endettement. Face à cette pauvreté et ses ravages, une solution existe : ce sont les Calebasses de solidarité.



La calabasse est un récipient fabriqué à partir du fruit du calabassier. Aujourd'hui, le Sénégal compte presque 900 groupes de solidarité, répartis sur l'ensemble du territoire.

Situé au centre du delta du Saloum, l'une des plus grandes réserves naturelles du Sénégal, le village de Thialane ne compte plus qu'environ 800 habitants; plus de 2000 personnes ayant quitté l'île. Les hommes pêchent du poisson tandis que les femmes se chargent de le transformer, de ramasser des moules et de cultiver des légumes. La petite taille de l'île ne permet pas d'autres activités. Outre l'exode, les habitants sont également préoccupés par le fait de ne pas pouvoir offrir un avenir à leurs enfants. La présidente, Aminata Bodian,* rayonne en se remémorant les

débuts de la calabasse de solidarité : « C'est lors d'une rencontre que j'ai, pour la première fois, entendu parler des calabasses de solidarité. Une fois revenue sur l'île, j'ai convaincu les femmes de lancer une initiative semblable. » Cette histoire remonte à 2009.

Solidaire et bénévole

Alors que la première collecte a permis de rassembler 16 francs CFA (à peine 2 centimes), la calabasse en contient aujourd'hui plus d'un million (5000 francs). Ce projet, mené par Fénagie, partenaire d'Action de Carême, repose sur une participation volon-

taire et tient compte des possibilités financières de ses membres qui sont, pour la plupart, des femmes. Lors de la collecte mensuelle, chaque membre verse un écot à la mesure de ses moyens. La calabasse est recouverte d'un tissu blanc, symbole de pureté et de confidentialité. Le don est anonyme. Aminata Bodian est la présidente du groupe de solidarité. Chaque fois qu'elle a désiré se retirer, les autres femmes ont déclaré ne vouloir personne d'autre à cette fonction, car elle est la seule à pouvoir mener si bien le groupe. « Au début, j'ignorais totalement la si-

gnification du mot présidente », explique-t-elle en riant. Elle a toutefois pris sa mission à bras-le-corps. Elle a ainsi aidé le groupe à choisir sa forme juridique, attribué les différentes fonctions et confié à chaque membre une tâche utile. Auparavant, aucune des 34 membres n'aurait consacré du temps à la communauté. Le groupe de solidarité a fait évoluer positivement le village. En cas de difficultés financières, les femmes peuvent désormais emprunter sans intérêt. Les crédits sont octroyés, par exemple, lorsqu'un membre n'a pas les moyens de payer de la nourriture, des soins de santé ou des frais de scolarité. Grâce à l'épargne collective, l'école du village a été réaménagée et des formations sur des thèmes tels que la conservation des aliments ont pu être financées. La solidarité des femmes de Thialane leur a ainsi fait réaliser des prouesses. « Mais il nous reste encore beaucoup à accomplir », explique la présidente, pleine de fierté. « Nous voulons que notre île redevienne agréable à vivre et éviter que les jeunes ne partent, faute d'avenir. » — Colette Kalt

* Nom fictif

Lire et agir

Notre action

Action de Carême soutient l'organisation partenaire Fénagie dans la création de groupes de calabasses de solidarité.

Votre soutien

Votre don soutient les femmes sénégalaises et leur offre un avenir. CCP 46-7694-0



Alimata Traoré est présidente de la COFERSA, l'organisation partenaire de *Pain pour le prochain* au Mali.

EN CHIFFRES

126

Le Mali occupe le 126^e rang sur 144 dans l'indice de participation économique des femmes.

78 %

des femmes maliennes ne savent ni lire ni écrire.

90 %

des semences utilisées au Mali sont issues de la production paysanne.

« Nous tirons toutes et tous à la même corde, celle de la transition »

Notre organisation, la Convergence des femmes pour la souveraineté alimentaire (COFERSA), a pour objectif l'amélioration du statut économique et social de ses membres grâce à la mise en commun des ressources, à la formation, aux débats dans les villages et à la vente directe. Nous détenons plus de 3'600 hectares de terres agricoles grâce auxquelles nous offrons non seulement une souveraineté alimentaire aux communautés, mais favorisons également un modèle agricole permettant de faire face aux enjeux écologiques.

Ainsi, nos membres valorisent les écosystèmes naturels à travers l'apiculture et la production de miel, la plantation d'arbres locaux ou encore la valorisation de produits du terroir tels que le mil, le sorgho, le fonio, l'arachide, etc. Pour contrer le modèle agricole dominant basé sur l'utilisation des intrants chimiques, nous soutenons les démarches paysannes favorisant la production de compost et de fertilisant naturel. Le développement d'une agriculture de proximité à travers la transformation et la commercialisation de produits locaux et de semences paysannes fait également partie de nos priorités. Enfin, les membres sont invités à travailler ensemble et, de là, à faire émerger des réflexions collectives.

Ceci permet aux femmes d'échanger leurs connaissances pratiques, de s'informer mais aussi de créer des liens sociaux. Ces différents facteurs redonnent ainsi un certain pouvoir social et politique à ses membres et favorisent leur souveraineté alimentaire.

Nous sommes réunis en 36 coopératives de femmes rurales réparties dans six régions du Mali et gérons également une maison des semences. Grâce à notre modèle économique et social, notre organisation et ses membres sont de plus en plus reconnus par la population, les villages et les communautés. De plus, la diversification des activités et partenariats permettent d'améliorer le revenu des membres, de réduire la pénibilité du travail et ainsi d'assurer une meilleure santé aux femmes. Pour terminer, les espaces d'échanges et de discussions offerts à ces dernières leur permettent d'acquérir de nouvelles connaissances et de les mettre à profit.

Cette reconnaissance accrue de la part de la population pour notre organisation influence grandement le comportement et la place de la femme au sein de la famille mais aussi dans la communauté. En effet, ces dernières participent nettement plus aux décisions familiales et ont la possibilité de soumettre leurs avis auprès des autorités. Lorsque j'observe la forte mobilisation des organisations des pays du Nord pour les pratiques agroécologiques, je constate que nous tirons toutes et tous à la même corde et j'espère que nos efforts ne seront pas vains pour que la transition s'opère vers un modèle durable.

« Nous influençons grandement le comportement et la place de la femme au sein de la famille »

Alimata Traoré

notre organisation influence grandement le comportement et la place de la femme au sein de la famille mais aussi dans la communauté. En effet, ces dernières participent nettement plus aux décisions familiales et ont la possibilité de soumettre leurs avis auprès des autorités. Lorsque j'observe la forte mobilisation des organisations des pays du Nord pour les pratiques agroécologiques, je constate que nous tirons toutes et tous à la même corde et j'espère que nos efforts ne seront pas vains pour que la transition s'opère vers un modèle durable.

JUN À NOVEMBRE 2018

Petite école pour la Terre

Un parcours de cinq jours sur plusieurs mois pour acquérir des connaissances et des outils dans divers domaines de l'écospiritualité et de l'écologie. Vivre une démarche intérieure et pratique pour tisser en profondeur notre lien à la Terre et à sa Source divine : s'enraciner dans l'émerveillement et la gratitude, honorer notre douleur pour le monde en souffrance, changer de vision et nous engager à partir de notre désir profond.

Animées par des intervenants d'horizons confessionnels et professionnels variés, ces journées

s'adressent à toutes les dimensions de notre « être terrien » : sensorielle, émotionnelle, intellectuelle, spirituelle.

Pain pour le prochain et *Action de Carême* sont coorganisateurs de cette formation qui aura lieu à Crêt-Berard (Puidoux, Vaud) entre juin et novembre 2018.

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 29 mai 2018 à l'adresse : www.ppp.ch/transition. Aucun prérequis, sinon la motivation à participer activement à tout le



Formation en groupes, orientée vers l'expérience et la pratique

parcours en étant prêt à vivre des découvertes et des déplacements intérieurs.

DU 1 AU 3 JUIN 2018

Week-end d'écospiritualité à Bossey



Oeuvre réalisée lors d'un précédent week-end d'écospiritualité

A la racine de la question écologique

Les problèmes écologiques comme les changements climatiques ou l'érosion de la biodiversité ne sont pas solubles dans le développement durable, les technologies vertes ou les écogestes au quotidien. Y répondre de manière profonde appelle à une transition vers un monde nouveau, fondé sur des relations ré-harmonisées avec la Terre et tous les êtres qui l'habitent.

Ce changement de paradigme implique notamment une transformation de notre regard sur la nature, au-delà de ce à quoi l'Occident et le système économique

dominant l'ont réduite (un stock de ressources).

Contenu et objectif

Entre conférences et ateliers, forums et célébration, nous irons à la découverte de la présence au cœur de nous-mêmes et de la Création, à partir notamment des apports des différentes traditions chrétiennes et avec – comme fil conducteur – un accent sur la symbolique de l'arbre.

L'objectif du week-end est la formation et le ressourcement personnels, mais aussi la création et l'exploration des synergies entre différents acteurs qui pourront présenter leurs activités, dans l'idée de faire émerger des espaces de cheminement pour les personnes intéressées à l'écospiritualité.

Inscriptions et informations : www.ppp.ch/transition

CONVERSATIONS CARBONE

Réduire ses émissions de CO₂

Mettre son quotidien au diapason de la protection du climat et de ses valeurs est difficile. C'est sur ce constat que reposent les Conversations carbone. Interactives et ludiques, elles proposent un processus de conscience sur l'impact de nos comportements en matière de logement, mobilité, alimentation et consommation, les possibilités concrètes de réduire nos émissions de CO₂ ainsi qu'un travail sur les motivations et les obstacles intérieurs au changement. Au nombre de six et d'une durée de deux heures, ces conversations, coorganisées par *Action de Carême* et *Pain pour le prochain*, se vivent en groupe de huit personnes et deux animateurs formés.

Inscriptions et informations : www.ppp.ch/transition

CYCLE DE CONFÉRENCES

Tout peut (encore) changer

« Entre un monde qui décline et un autre à construire se trouve une transition qu'il ne faut pas gâcher par notre inertie », affirme Pierre Rabhi. Avec le soutien de 21 partenaires, *Pain pour le prochain*, *Théofil*, *Pôle Sud* et *Action de Carême* proposent un cycle de conférences et d'ateliers avec des conférenciers de renom pour explorer les dimensions intérieures de ce changement de paradigme dans différents champs : les mouvements citoyens, l'agriculture et l'alimentation, l'éducation, l'économie et l'écologie. Plus d'infos : www.theofil.ch

LA TRANSITION AGROÉCOLOGIQUE EN COURS

Cultures en transition

En collaboration avec des partenaires locaux, *Pain pour le prochain* et *Action de Carême* organisent trois projections-débats sur les voies qui se présentent face aux défis comme les changements climatiques, la raréfaction des ressources et le risque de famine. Un débat suivra la projection du documentaire « cultures en transition », dans lequel la parole est donnée aux agriculteurs, scientifiques et autres pionniers des changements socio-écologiques.

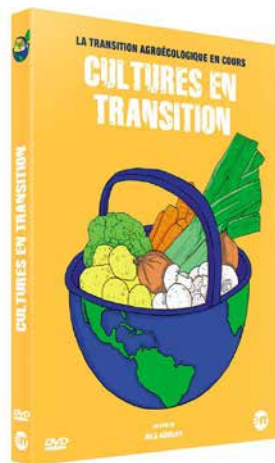
Projections-débats

Alle, Jura, 12 mars 2018, 19h30

Intervenant-e-s :

- Jean-Pierre Cafiso, ancien président de la coopérative La Clef des Champs, Courgenay (JU)
- Alimata Traoré, présidente de la Convergence des femmes

rurales pour la souveraineté alimentaire (COFERSA) et hôte de la campagne 2018 – Joeffrey Cattin, agriculteur bio à la ferme le Pécal, Cornol (JU)



Le documentaire est signé Nils Aguilar, 2012

Fribourg, 15 mars 2018, 19h00

Intervenant-e-s :

- Jacques Mirenowicz, co-fondateur de l'association Artisans de la transition et rédacteur en chef de LaRevueDurable, Fribourg
- Alimata Traoré, présentation ci-dessus
- David Bichsel, jardinier de l'association Rage de Vert, Neuchâtel

Sion, 16 mars 2018, 19h30

Intervenant-e-s :

- Gérard Constantin, producteur biologique à la ferme des Roseaux et fondateur des paniers CotCot, Sion (VS)
- Alimata Traoré, présentation ci-dessus

Toutes les informations sur www.voir-et-agir.ch/events

CLUB 44

Construire aujourd'hui notre économie de demain

Action de Carême et *Pain pour le prochain* organise au Club 44 à La Chaux-de-Fonds le 15 mars 2018 une discussion sur le changement de cap nécessaire pour construire le monde de demain. Comment protéger les droits humains, la nature et le climat efficacement ? Pour en débattre, **Sophia de Meyer** de l'entreprise Opaline, **Sophie Swaton**, spécialiste de différents mouvements et initiatives concrètes pour faire de l'économie collaborative en Suisse Romande, et **Chantal Peyer**, cheffe d'équipe entreprises et droits humains chez *Pain pour le prochain*. Entrée libre. Plus d'informations : www.voir-et-agir.ch/events

6 MARS 2018

Bienne en transition



A Bienne aussi, des citoyennes et des citoyens se réunissent pour réimaginer notre monde et construire ensemble un avenir meilleur pour nos enfants. Ils s'inscrivent dans le mouvement international de la transition, mis en lumière par le film *Demain*. Venez à la rencontre de ces acteurs et initiatives, vous informer, tisser des liens et découvrir les possibilités de participer à ce changement de cap écologique et social. Cette manifestation est organisée par *Pain pour le prochain*, *Action de Carême*, *Vision2035*, les Eglises protestante et catholique de Bienne ainsi que plusieurs associations locales.

Toutes les informations sur www.voir-et-agir.ch/events

FILM

En Quête de Sens

« En Quête de Sens » c'est d'abord l'histoire de deux amis qui se retrouvent après 10 ans et que tout oppose. Marc exporte de l'eau en bouteille à New York, Nathanaël travaille, lui, dans la gestion collective de l'eau. Ils décident de prendre la route pour questionner la marche du monde. Ils cherchent à comprendre ce qui a conduit aux crises actuelles et d'où pourrait venir le changement.

Nathanaël Coste & Marc de la Ménardière, 2015, disponible en participation libre sur : www.enquetedesens-le-film.com

Offrez une rose virtuelle !

Doublez le bonheur en offrant une rose virtuelle avec notre application « Give a rose ». Vous ferez plaisir à une personne de votre entourage tout en soutenant les familles démunies des pays du Sud. À vous de jouer !



- 1** Avec votre smartphone, rendez-vous sur www.give-a-rose.ch et téléchargez l'application.
- 2** Achetez une rose (à choix, une, trois ou un bouquet de roses).
- 3** Votre achat est débité sur votre compte iTunes ou votre carte de crédit.
- 4** Offrez votre rose virtuelle à une personne de votre choix via WhatsApp ou par courriel.
- 5** L'argent que vous aurez payé servira à financer nos projets d'aide au développement.

Téléchargez dès maintenant l'app sur www.give-a-rose.ch

S'ENGAGER AVEC NOUS

Jeûner pour la santé, la solidarité et la spiritualité



Jane-Marie Nussbaumer, jeûneuse et animatrice de groupes de jeûneurs.

Jane-Marie Nussbaumer pratique le jeûne depuis 14 ans et anime des groupes de jeûneurs à titre bénévole depuis 11 ans. Jeune retraitée, femme de pasteur et mère de 4 enfants, elle jeûne normalement entre 7 et 13 jours une fois par année, pendant le carême, et parfois aussi en automne. C'est grâce à la rencontre avec une pasteure de Neuchâtel qu'elle a adopté ce rituel. La santé, la solidarité et la spiritualité, appelées les trois « s », sont les dimensions principales du jeûne, et l'importance qu'on accorde à chacune varie selon les personnes. Du point de vue corporel, Jane-Marie ressent fortement les

bénéfices liés notamment à la détoxification de l'organisme et aux « vacances » qu'on offre à son système digestif.

Pour le côté spirituel, le fait d'être ralenti sans être affaibli lui permet de gérer le temps d'une autre manière. Jane-Marie en profite pour pratiquer la méditation et lire davantage. D'autres personnes ont besoin d'appliquer à la lettre ce qui est dit dans les Ecritures : dans la Bible, on parle beaucoup de jeûne. Dernièrement, Jane-Marie s'est plus investie dans l'aspect solidarité et propose à son groupe de soutenir les projets d'*Action de Carême* et *Pain pour le prochain*.

Dans la pratique du jeûne, le groupe est porteur et joue un rôle très important. La possibilité d'échanger sur le vécu de chaque journée aide et motive les gens. « La plupart des personnes qui tentent cette expérience pour la première fois ne se sentent pas

capables de tenir le coup en dehors du groupe. Ce qui est fabuleux, c'est qu'elles arrivent quand même à ne rien manger pendant une semaine. C'est une grande prise de conscience. »

Le vécu du jeûne est assez variable, mais on constate, de manière générale, un accroissement de l'attention, de la sensibilité et de la concentration, une exacerbation des goûts et des odeurs, et parfois une meilleure vision. « Quelque chose se passe parfois aussi au niveau de l'ouverture d'esprit, de l'acceptation et même du pardon. Certaines personnes réalisent, face à la surabondance dans nos magasins, le décalage qu'il y a entre notre société de consommation et les pays où les gens sont privés de nourriture. »

— Tiziana Conti

Visitez le blog de Jane-Marie : www.sansospi.wordpress.com