



## Le cœur et les mains à l'ouvrage

Le travail d'Action de Carême depuis 60 ans

L'humain comme  
clef de voute

Page 6

Le soutien psychosocial,  
une stratégie d'avenir

Page 10



ACTION DE CARÊME

## Chère lectrice, cher lecteur,

Depuis 60 ans, *Action de Carême* œuvre en faveur des populations les plus démunies de notre planète, axant son engagement non seulement sur les injustices sociales que sont la faim et la pauvreté, mais aussi, de plus en plus, sur l'environnement et les questions liées au climat. Dans son encyclique *Laudato si'*, le pape François nous rappelle, à juste titre, que les souffrances humaines et les atteintes environnementales sont en étroite corrélation. Aussi considérons-nous les changements climatiques d'origine anthropique comme une inégalité de plus et réclamons en conséquence la justice climatique.

Au Sud comme en Suisse, *Action de Carême* est en prise directe avec les avancées majeures de ces soixante dernières années, une période marquée par de profondes transformations politiques et sociétales.

*Action de Carême* est sensible aux signes du temps et a su s'y adapter. À l'image de notre monde en perpétuelle mutation, nous continuons à évoluer. Aussi, à compter de 2022, *Action de Carême* modifiera ses dénominations allemande et italienne et rafraîchira son logo. Nous franchissons cette étape avec l'espoir que vous accueillerez favorablement ce changement et que vous continuerez à soutenir nos projets.



**Bernd Nilles**  
Directeur d'*Action de Carême*

Politique

5 **Une réussite à pérenniser**

Vue du Sud

8 **Le directeur au grand cœur**

En transition

9 **60 ans d'*Action de Carême* : entre renouveau et tradition**

Dossier

10 **Le soutien psychosocial, une stratégie d'avenir**

17 **Une rencontre pour raviver son souffle**

18 **Crise climatique : de l'engagement à l'action**

#### Impressum

Publication : Action de Carême  
 Rédactrice en chef : Colette Kalt  
 Adaptation en français :  
 Tiziana Conti, Valérie Gmünder  
 Mise en page et réalisation : Crafft AG, Zürich  
 Traitement des images : Schellenberg Druck  
 AG, Pfäffikon  
 Impression : Druckerei Kyburz AG, Dielsdorf  
 Tirages : 42 153 DE, 6179 FR, 4069 IT  
 Parution : quatre fois par an  
 Prix : CHF 5.- par donateur / donatrice  
 sont utilisés pour l'abonnement  
 Contact : +41 21 617 88 81,  
 actiondecareme@fastenopfer.ch



Cet ingénieux réservoir d'eau et les méthodes de culture agroécologiques aident les habitant-e-s du Burkina Faso à faire face aux saisons sèches, de plus en plus longues.



Malgré la crise sanitaire, les projets au Népal continuent en petits groupes.



Membres de la communauté Sesuchai au Guatemala dans leur jardin potager.

# 70 %

**des personnes touchées par la faim chronique sont des femmes ou des filles.**

Source : New York Times

Madagascar

## Projet d'aide d'urgence

Si à Madagascar une personne sur deux souffrait déjà de la faim, aujourd'hui la situation s'est encore détériorée suite à la grave crise qui sévit le sud du pays. La sécheresse causée par le manque de pluie est à l'origine d'une diminution drastique des récoltes. De nombreux ménages sont contraints de vendre leur bétail, leur mobilier, voire leurs ustensiles de cuisine pour survivre, ce qui entraînera de graves conséquences à long terme. *Action de Carême* a lancé un projet d'aide d'urgence pour soutenir les personnes touchées en leur fournissant de l'argent et de la nourriture.



**« Le véritable frein à l'endettement est la protection du climat. »**

Claudia Kemfert, Institut allemand d'études économiques, mai 2021



Haïti

## Crises et catastrophes

L'annonce de l'assassinat du président Moïse en juin dernier a bouleversé nos partenaires, qui nous livrent leur témoignage : « Malgré notre impuissance, nous poursuivons notre action. Nous avons en effet appris depuis longtemps déjà à travailler dans des situations d'urgence. Les crises et les catastrophes font partie de nos vies. » Lorsque nous leur demandons ce qui doit changer, les partenaires déclarent : « Nous souhaitons qu'un échange constructif entre dirigeants et dirigeants nationaux et régionaux puisse mettre en avant les intérêts du pays et de sa population. »

Prochains événements

## Vivre la transition intérieure

Le Laboratoire de transition intérieure d'*Action de Carême* et *Pain pour le prochain* vous propose deux cycles d'ateliers pour participer à la transition vers une société plus respectueuse du Vivant à travers une démarche intérieure, personnelle et communautaire.

- Parcours de 5 ateliers les mardis 28.09, 12.10, 2.11, 16.11 et 30.11.2021 de 18h à 21h à la ferme du Petit Bochet à Gimel (VD)
- Parcours de 4 ateliers les mercredis 10.11, 8.12.2021, 12.01 et 16.02.2022 de 18h30 à 21h au temple d'Échallens (VD)

Plus d'infos et d'autres événements sur : [www.transition-interieure.ch/activites](http://www.transition-interieure.ch/activites)



La bonne nouvelle

## Protéger la vie

Au Burkina Faso, les mineurs artisanaux utilisent le mercure pour extraire l'or du minerai. Employé sans l'équipement de protection adéquat, le mercure peut causer de graves problèmes de santé. Un rapport publié par l'EPFZ, en collaboration avec *Action de Carême* et son organisation partenaire burkinabé SAGRASY, a permis de mettre en place des campagnes d'information afin d'améliorer les conditions de travail dans les mines.



# Une réussite à pérenniser

Le programme adopté lors de la fondation en quatre points : 1. insuffler un nouvel esprit dans le carême ; 2. trouver une nouvelle mesure du partage ; 3. susciter une nouvelle vision du pays et de la mission ; 4. pratiquer une coopération fondée sur une nouvelle ouverture. Cela remonte à 1962. Cette vision continue à marquer de son empreinte l'orientation d'*Action de Carême* : pour cheminer vers un monde plus juste, il faut s'attaquer aux causes et ne pas se contenter de pratiquer une « politique de rafistolage ».

Le 18 juin 2021, l'idée à l'origine de la création d'*Action de Carême* a fêté ses 60 ans : après le succès de l'Année missionnaire des catholiques de Suisse en 1960–1961, Meinrad Hengartner, chef de la Schweizerische Katholische Jungmannschaftsverband puis premier directeur de notre organisation, proposa de réaliser une campagne annuelle de sensibilisation et de collecte de fonds. Cette idée souleva l'enthousiasme et mena la Conférence des évêques à constituer, en janvier 1962, la fondation « Action de Carême des Catholiques en Suisse ».

Avec le recul, nous constatons que c'est l'esprit de renouveau soufflant alors sur l'Église qui explique en grande partie cette avancée, le succès de l'Année missionnaire organisée par 16 associations de jeunesse se faisant encore sentir. Le catholicisme des mouvements sociaux ainsi que l'optimisme engendré par l'essor économique des années 1960 favorisèrent également la création de la nouvelle œuvre d'entraide.

Le fondateur Meinrad Hengartner (directeur de 1962 à 1984) proposa un programme novateur en quatre points : insuffler un nouvel esprit dans le carême, trouver une nouvelle mesure du partage, susciter une nouvelle vision du pays et de la mission, et pratiquer une coopération fondée sur une nouvelle ouverture. Exprimé dans un langage désuet mais néanmoins toujours d'actualité, ce programme a favorisé le développement d'une organisation dont on reconnaît encore les principales caractéristiques : une vision du carême qui allie renoncement, solidarité et réflexion, l'appel à un style de vie plus sobre, l'engagement pour une plus grande responsabilité de la Suisse en matière de développement et la mise sur pied d'un programme international axé aujourd'hui sur le droit à l'ali-

mentation. Se substituant à l'aumône donnée par charité, ce programme se concrétise de nos jours par des partenariats conclus avec des actrices et acteurs du Sud, ecclésiastiques ou non, et par des projets financés sur la base de contrats.

À l'époque, la collaboration entre laïcs et Église officielle, entre bénévoles et professionnels salariés, était unique. Des volontaires s'investissaient dans l'organisation des premières actions placées sous la devise « Nous partageons » et le Conseil de fondation était alors composé à moitié d'évêques et de laïcs. Le bureau romand a ouvert ses portes en 1970 et le Tessin, où des bénévoles ont longtemps organisé des actions durant le carême, dispose lui aussi d'un bureau depuis 2006.

Jusque dans les années 1990, les diverses commissions (commission théologique pour les campagnes, commissions pour les projets de développement et de mission, et le Conseil d'action, organe participatif, sorte de « parlement » faisant le pendant du Conseil de fondation) ont joué un rôle important pour tirer parti de l'expérience d'actrices et acteurs les plus divers et pour consolider les liens de l'organisation avec l'Église en Suisse.

L'importance de ces organes consultatifs a décliné avec la professionnalisation du siège, mise en route sous Ferdinand Luthiger (1984 à 1994), fortement favorisée par Anne-Marie Holenstein (1994 à 2000) et consolidée sous Antonio Hautle (2001 à 2014). Le Conseil de fondation a été redimensionné et pourvu par des spécialistes de différents domaines pour améliorer l'efficacité de sa gestion.

L'idée à la base d'*Action de Carême* – s'attaquer aux causes plutôt que pratiquer une « politique de rafistolage », lutter pour la justice et favoriser un mode de vie qui n'hypothèque pas l'avenir – n'a cessé d'être approfondie. Cette vision n'a jamais été autant d'actualité si nous voulons être à la hauteur des enjeux soulevés par les changements climatiques et par notre promesse d'une « vie en abondance pour tous et toutes ». — *Matthias Dörnenburg*



**Matthias Dörnenburg** est responsable de la Campagne œcuménique chez *Action de Carême*.

# L'humain comme clef de voûte

**Action de Carême a commencé par construire des écoles et des centres communautaires au Brésil. Aujourd'hui, ce sont les matières premières et les droits humains qui sont au cœur de ses préoccupations.**



Des agriculteurs indigènes vérifiant la qualité des céréales dans les années 1990.

En 1962, au Brésil, les premières initiatives soutenues par *Action de Carême* portaient sur la construction d'une école d'assistance sociale à Goiânia et sur un projet de l'organisation catholique d'entraide NCWC ayant trait à l'amélioration des semences et des engrais utilisés par les bénéficiaires. La neuvième puissance économique de la planète avait beau disposer de ressources suffisantes pour permettre à sa population de mener une vie digne, elle n'en demeurait pas moins fortement aux prises avec la pauvreté, les inégalités et la privation.

En 1970, le cardinal Paulo Evaristo Arns, un défenseur de la théologie de la libération, vendit son palais situé dans le centre-ville de São Paulo pour construire en périphérie des lieux

de rencontre et des centres de formation destinés aux plus démunis et marginalisés. *Action de Carême* soutint cette démarche ainsi que les personnes vivant dans les cortijos (ruches), d'anciennes grandes maisons divisées en plusieurs petits logements pouvant accueillir jusqu'à 60 familles.

## De projet à programme

À partir de 1983, notre méthode de travail s'écarta de l'approche fondée sur les projets pour évoluer vers des programmes de développement intégral. Il s'en suivit une fusion des projets liés à la mission et à la coopération au développement, deux domaines qui étaient pris en charge par un seul et unique responsable.

À compter du milieu des années 1990, le programme Brésil concentra son action sur trois régions : le Nord-Est, qui représentait la zone la plus pauvre du pays, le Nord, où nous portions assistance aux minorités indigènes, et le Sud-Est, où se situent les grandes agglomérations urbaines de São Paulo, de Rio de Janeiro et de Belo Horizonte. À cette époque déjà, notre œuvre d'entraide collaborait exclusivement avec des ONG indépendantes et des organes de l'Église catholique résolument engagés dans l'avènement d'une société plus juste.

## Recentrage sur les matières premières et les droits humains

Même si l'aggravation des crises sociale, économique et politique traversées par le Brésil complique la tâche de nos organisations partenaires depuis 2019, celles-ci n'en ont pas moins continué à exercer des pressions en faveur des communautés impactées par l'extraction des matières premières. Elles œuvrent pour obtenir des entreprises qu'elles leur versent des indemnités ou veillent à ce que les mines, les ouvrages hydrauliques et autres projets d'envergure respectent les dispositions légales en matière de protection de l'environnement et de respect des droits humains.

Jusqu'ici, les changements suscités au cours des dernières années par les activités du programme ont démontré une grande résilience, laquelle s'explique par le lien historique fort qui s'est tissé au fil des ans avec les habitants des territoires concernés, par les efforts réalisés aux côtés de collectifs et de réseaux pour renforcer les capacités des communautés et par l'organisation régulière de formations visant à accroître la participation. Depuis 2020, c'est au travers des programmes internationaux Matières premières et droits humains et Énergie et justice climatique que se poursuit notre action au Brésil. — *Colette Kalt*

# Pour une vie digne

**L'engagement d'Action de Carême en Inde a débuté par le financement de la construction d'hôpitaux et de missions pour évoluer vers l'autonomisation des communautés les plus démunies et marginalisées.**

La présence d'Action de Carême en Inde remonte à 1962. Si l'action de notre œuvre d'entraide se limitait alors à des projets isolés – qu'il s'agisse d'une nouvelle mission à Shevgaon, d'un noviciat à Puna ou de l'agrandissement d'un hôpital et de son école d'infirmières dans le sud de l'Inde –, à partir des années 1970, il se noua une collaboration régulière avec les diocèses et les congrégations accompagnées par Action de Carême dans la mise en place de leurs infrastructures locales. Outre les diocèses et les paroisses, nos partenaires locaux comptaient aussi de plus en plus d'organisations humanitaires ecclésiales actives tant dans le domaine de la coopération au développement que dans celui de la coopération pastorale. Au fil du temps, les efforts se concentrèrent sur des programmes bénéficiant aux personnes marginalisées. Les organisations ecclésiales furent rapidement rejointes par des ONG laïques réalisant des activités de développement principalement dans les zones rurales.

C'est de l'option préférentielle pour les pauvres inscrite dans l'Évangile ainsi que du concile Vatican II que le programme en Inde tira son orientation générale : « Soutenir les efforts des personnes qui luttent contre la faim, l'impunité et la maladie, qui militent pour l'amélioration des conditions de vie et qui cherchent à défendre la paix dans le monde... ».

Transposé au contexte indien, ce principe directeur nous mena à prêter directement assistance aux communautés particulièrement défavorisées telles que les Adivasis et les Dalits, les ethnies les plus exploitées du sous-continent. À travers son engagement en faveur de la



Un groupe de femmes Adivasi dans les années 1990.

frange la plus démunie de la population, Action de Carême se distingua très tôt de la plupart des autres œuvres d'entraide et programmes officiels de coopération bilatérale.

## Renforcer les capacités

L'institut social indien Mobile Orientation & Training Team (MOTT) fut mis en place et dirigé par un jésuite valaisan, le père Henry Volken. Ce dernier inspira et incita le conseiller en projets de l'époque – devenu coordinateur du programme – à abandonner sa carrière d'agronome professionnel pour devenir militant social. Les projets à court terme menés de temps à autre tout au début de l'engagement de notre coordinateur évoluèrent pour devenir un programme pays bien ficelé, ayant pour objectif de donner aux personnes marginalisées les capacités de préserver leurs moyens de subsistance. L'approche dite d'autonomisation visait et vise encore aujourd'hui à offrir aux communautés une assistance globale pour leur permettre de prendre leur destin en main, en les aidant, par exemple, à défendre leurs droits fondamentaux, à élaborer une stratégie de sécurité alimentaire durable, à cheminer vers l'égalité entre les sexes ou à préserver les savoirs et les réseaux essentiels, notamment en vue

d'être à la hauteur des enjeux liés au réchauffement climatique.

L'option évangélique pour les pauvres qui découle des lignes directrices d'Action de Carême reste inchangée : prêter assistance aux personnes marginalisées et renforcer les capacités des communautés à susciter des changements structurels dans le système à l'origine de l'oppression et de la discrimination afin de mener une vie digne. — Colette Kalt



**Votre don aide à renforcer et à protéger les personnes en situation d'urgence.**  
CCP 10-15955-7



**Ferney Quilindo** est chef indigène et dirige l'école de sa communauté dans la région de Cauca, en Colombie.

## Le directeur au grand cœur

« Je suis fils unique et suis issu d'un milieu modeste. Quand j'avais sept ans, je devais chaque jour parcourir vingt minutes à vélo pour me rendre à l'école puis en revenir. À 16 ans, j'ai décroché ma maturité, mais je n'avais pas envie de faire des études et j'ai préféré me lancer dans le secteur du bâtiment, sous les ordres de mon oncle maternel. J'ai commencé comme travailleur occasionnel, puis je suis passé apprenti et mon oncle a fini par me confier mes premières missions. J'étais jeune, je gagnais ma vie et n'avais absolument pas besoin de faire des études. Malgré tout, mon père m'a inscrit à une formation supérieure de production agricole.

C'est alors que le conseil de Quintana, dans la région du Cauca, m'a invité à mettre mes compétences à l'épreuve en promouvant l'amélioration de la production agricole. J'ai également rejoint le projet du Conseil régional indigène du Cauca (CRIC), soutenu par *Action de Carême* de 1993 à 2012. Réalisé à la même époque, le projet Río Piedras formait des organisations communautaires et renforçait leurs capacités, en plus de proposer des cours dans le domaine de la production agricole, de la gestion environnementale et de la souveraineté alimentaire. Quinze ans plus tard, ce projet nous a permis, aux côtés du conseil de Quintana, de fonder nos deux coopératives laitières, qui sont toujours en activité aujourd'hui. Qui plus est, le comité de production, qui se charge également des étapes de commercialisation, est encore en place.

Le cours de ma vie a changé le jour où, à quatre heures de l'après-midi, j'ai accepté de devenir professeur d'agriculture à l'école de notre *resguardo*, une institution sociopolitique munie d'un statut juridique qui se compose d'une ou de plusieurs communautés indigènes possé-

dant et administrant leur territoire en toute autonomie en vertu d'un titre de propriété collectif. Je leur ai proposé d'accomplir une semaine d'essai afin de voir comment je me sentais, car je n'avais jamais enseigné auparavant. J'ai été nommé directeur peu après et voilà maintenant dix ans que j'exerce cette fonction. J'ai terminé mes études d'exploitant agricole et j'ai aussi obtenu un diplôme et une spécialisation en pédagogie. Actuellement, je dirige l'établissement de Quintana, qui compte six campus et 267 étudiant-e-s. J'ai donc passé la majeure partie de ma vie à transmettre mon savoir, à apprendre de mes prochains et à explorer la région dans laquelle je vis.

Grâce aux projets d'*Action de Carême*, j'ai pu apprendre à connaître le quotidien des hommes et des femmes à la campagne, me découvrir une passion pour l'agriculture, acquérir des connaissances sur la terre et les animaux et me familiariser avec la protection de l'eau. Aujourd'hui encore, ces valeurs m'accompagnent dans mon métier de professeur. Par ailleurs, je suis fier de voir mon enfant de huit ans grandir sur les terres pour lesquelles ma génération a dû se battre durant les années 1980. À l'époque, le territoire du *resguardo* se trouvait en effet entre les mains de cinq grands propriétaires fonciers. De nos jours, chaque famille possède son lopin de terre, qui lui procure nourriture et revenus. »

19

**c'est le nombre d'années durant lesquels Ferney Quilindo a participé au projet Río Piedras. Il n'a jamais cessé de défendre les droits des communautés indigènes.**

70 %

**de l'eau consommée par la ville de Popayán, située à 22 km, provient des affluents du Resguardo de Quintana.**

1970

**est l'année marquant le début de la lutte sanglante pour la restitution des terres aux communautés dans la région de Quintana.**

# Entre renouveau et tradition

**Après 60 ans d'activité, *Action de Carême* a décidé de faire peau neuve en se fixant l'objectif de concilier renouveau et tradition.**

Même après 60 années d'activité et d'engagement professionnel, *Action de Carême* continue à susciter des réactions étonnantes. Lorsque l'un ou l'une de nos collaboratrices se présente, on lui demande souvent : Votre organisation est-elle active toute l'année ? En quoi consiste son travail au juste ?

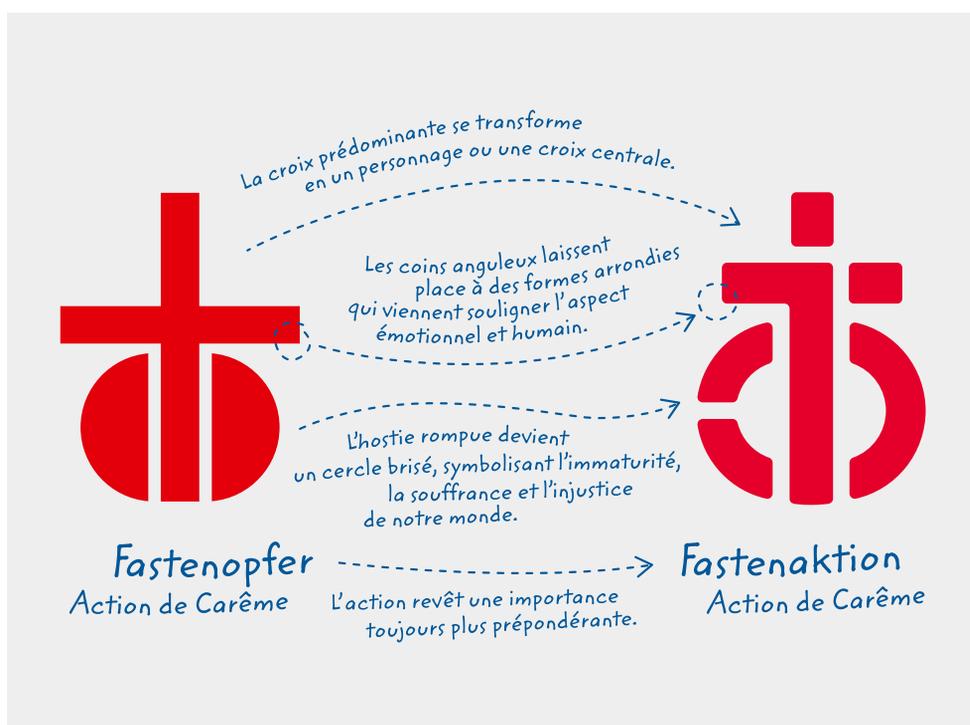
Si *Action de Carême* affiche un taux de notoriété d'au moins 80 % auprès de la population suisse, ses activités et ses valeurs restent pour autant largement méconnues. Son enracinement à l'Église, qui transparaît par ailleurs dans ses dénominations *Action de Carême – Fastenopfer – Sacrificio Quaresimale*, est le fait le plus régulièrement mentionné. En revanche, les programmes internationaux ainsi que les programmes pays – avec 300 projets dans 14 États –, les campagnes et les actions de sensibilisation jouissent d'une popularité insuffisante.

Dans le cadre de l'évolution sociétale actuelle, cette méconnaissance de notre travail en dehors des milieux religieux ainsi que notre focalisation trop marquée sur la période du carême constituent une faiblesse. La double connotation religieuse renfermée dans les dénominations allemande et italienne de notre œuvre d'entraide déplaît tout particulièrement aux jeunes générations et aux personnes portant un regard critique sur l'Église. Ces concepts ainsi que les images évoquées par *Action de Carême* peuvent déranger les personnes n'ayant pas évolué dans un milieu proche de l'Église.

## Une transition transparente

Il s'agissait donc de trouver un équilibre entre renouveau et tradition, afin de toucher d'autres publics tout en conservant l'appui des paroisses et de celles et ceux qui nous sont fidèles depuis des décennies.

Il est toutefois ressorti d'une simulation et d'un sondage sur de nouvelles dénominations que peu de personnes accueilleraient favorablement un changement radical. La transition se réalisera donc en douceur, sous la forme d'un



Nouvelle marque d'Action de Carême : le passage de l'ancien au nouveau logo.

rafraîchissement : la dénomination romande deviendra ainsi la dénomination nationale, Fastenopfer évoluant en Fastenaktion et Sacrificio Quaresimale en Azione Quaresimale.

En outre, le nouveau logo mettra en avant l'importance accrue donnée à l'action. La croix prédominante se transforme en une image à double lecture et peut figurer soit un personnage soit une croix centrale, venant illustrer la priorité donnée à l'humain et l'appartenance à l'Église. L'hostie rompue devient un cercle brisé qui symbolise l'imperfection, la souffrance et l'injustice de notre monde, mais aussi le partage du pain. Ce cercle représente également le lien unissant les êtres humains et la nécessité de joindre nos forces pour opérer ensemble le changement. Les coins anguleux de

l'ancien logo s'adoucissent, laissant place à des formes plus animées, évocatrices et dynamiques.

Le slogan suivant viendra compléter les nouvelles dénominations et l'identité visuelle : « Éliminer la faim ensemble ». Cet engagement en faveur du droit à l'alimentation et de l'objectif correspondant inscrit dans l'Agenda 2030 des Nations Unies, qui vise à garantir à chacun et chacune le pain quotidien, sera le moteur et le point de mire de notre action dans les années à venir. Notre excellent programme de développement, dont la qualité est étayée par plusieurs études, ainsi que la légère modernisation de notre identité visuelle, conciliant renouveau et tradition, en constituent les jalons.

— Matthias Dörnenburg

Dossier

# Kumustahay, comment ça va ?

Le soutien psychosocial,  
une stratégie d'avenir



Photos : Bob Timonera

**E**n 2006, *Action de Carême* commence à explorer le champ psychosocial avec l'accompagnement de David Becker, docteur en psychologie à l'Université privée Sigmund Freud de Berlin. S'il s'agissait à l'époque de soutenir les chargé-e-s de programme confronté-e-s à la violence, la misère et à des situations extrêmes lors de leurs voyages, l'approche psychosociale s'est progressivement étendue aux programmes dans le Sud, où elle est parfois devenue indispensable.

« Il ne peut y avoir de bon projet de développement sans appui psychosocial. » C'est ce qu'affirme Rosalina Tarrayo en 2016, alors qu'elle était responsable du CERD (Center for Empowerment and Resource Development) sur l'île de Samar aux Philippines, une organisation partenaire d'*Action de Carême*. Le CERD expérimente le soutien psychosocial dans une situation d'extrême urgence en décembre 2014, après le passage de trois typhons. Les toits des huttes et les barques en bois qui permettent de pêcher sont détruites ; en quelques heures, le travail d'une année est anéanti. Un véritable traumatisme pour des populations déjà éprouvées par leur lutte pour subvenir à leurs besoins.

### Restaurer la parole

Les psychologues sollicité-e-s proposent alors des sessions dites de debriefing qui permettent aux participant-e-s de mettre des mots sur des émotions douloureuses, des sentiments d'impuissance, de désespoir. Avec parfois le support de schémas (camembert des émotions), chacun-e tente de se connecter à son ressenti et à sa souffrance.

Les mots et les pleurs permettent de faire le récit des moments traumatiques, des conséquences destructrices des typhons. En acceptant de partager ce qui les habite, les participant-e-s écoutent aussi l'histoire de leurs compagnes et compagnons d'infortune. De ces ateliers permettant de libérer leurs émotions naissent aussi la compassion, l'entraide et de nouvelles ressources qui protègent la cohésion de la communauté. La foi partagée permet aussi l'émergence de

cette résilience. Les prières communes et la paix sont autant de signes d'espoir et de solidarité. Au cours de cet échange émerge également de la lumière, ce que chacun-e a fait pour protéger la vie ; la sienne et celle de ses proches.

### De la survie à la stratégie de développement communautaire

Depuis 2014, le CERD réitère ces moments d'échange après les typhons mais aussi tout au long de l'année. L'espace de parole du debriefing a été transformé en kumustahay dont le terme signifie « comment ça va ? » en tagalog. Régulièrement, selon un rythme défini par les communautés elles-mêmes, des moments de partage sont mis sur pied. Au sein des communautés de pêcheurs et pêcheuses, le CERD a formé des facilitateurs et facilitatrices capables de modérer ces espaces : en plus de ces moments d'échange réguliers, l'équipe d'animation peut organiser rapidement un espace kumustahay après un typhon.

« Nous nous renforçons les un-e-s les autres », témoigne Malou, un facilitateur communautaire. Malou est aussi l'un des responsables de la Fédération des pêcheurs. Régulièrement, il rend visite aux membres de la fédération chez eux : « je leur pose des questions simples sur leur vie et j'écoute leur histoire », explique Malou. La dimension psychosociale fait aujourd'hui partie intégrante de la culture institutionnelle du CERD.

Ce partenaire de notre programme des Philippines illustre parfaitement ce qu'est l'approche psychosociale : elle s'intéresse à ce que ressent un individu dans un contexte donné et s'attache ainsi toujours à faire le lien entre les dimensions individuelles et sociales de la réalité.

### Faire face à la guerre civile

En Colombie, malgré l'accord de paix de 2016, le conflit armé d'une durée exceptionnelle – il a débuté dans les années 1960 – continue de porter préjudice aux populations les plus défavorisées, qui luttent pour accéder à une vie digne.

La logique de la guerre a marqué la vie communautaire de méfiance, de silence et de peur. Depuis 2010, la dimension psychosociale fait partie intégrante de nombreux projets. Dans ses ateliers de soutien pour nos organisations partenaires Vicaria del Sur et Semillas de Agua, ANSUR, une organisation spécialisée dans le soutien psychosocial, symbolise son approche par une table avec



En Colombie, après de nombreuses années marquées par la peur et la méfiance, les hommes doivent réapprendre à parler de leurs sentiments.

quatre pieds dont l'un est constitué de l'appui psychosocial. Accompagné-e-s par des expert-e-s, les participant-e-s apprennent à libérer des émotions douloureuses et comprennent que leurs sentiments de peur et de méfiance provoqués par les meurtres, les disparitions et les menaces sont des réactions normales. Comment ne pas se laisser submerger par ses émotions ? Comment se protéger et gérer la peur ? Ce travail est essentiel pour construire un nouveau tissu social.

**« La logique de la guerre a marqué la vie communautaire de méfiance, de silence et de peur. »**

Aux Philippines, en Colombie, de même qu'en Suisse, des personnes ont osé la parole et expérimenté que le partage des émotions ne rendait pas la souffrance plus vive mais permettait au contraire de découvrir des ressources qui nourrissent la résilience tant sur le plan individuel que communautaire. C'est un véritable changement de paradigme qui fait de la dimension psychosociale un outil stratégique de développement de la communauté. — *Valérie Lange*



**Helena Jeppesen**

est responsable du programme Philippines et de la coordination pour l'Asie ainsi que des coopérations en Suisse.

## Quand la confiance se renforce

« L'approche psychosociale a radicalement transformé mon travail : par le passé, nous n'accordions guère d'attention au lien existant entre l'histoire des Philippines, la réalité politique et les relations au sein des équipes des projets. Actuellement, de nombreux employé-e-s dans les projets sont issu-e-s du mouvement de résistance, et c'est donc machinalement que des modes de pensée, des termes et des structures militaires ont été intégrés à la culture institutionnelle. Il était donc indispensable de collaborer avec des équipes locales de psychologues qui connaissent le contexte culturel ainsi que la langue du pays et peuvent qui plus est adapter la terminologie qu'ils utilisent. Je me félicite aussi que le bien-être des employé-e-s et l'esprit d'équipe fassent désormais partie des préoccupations. La confiance et la cohésion se sont en effet considérablement accrues. Dernièrement, la directrice d'une organisation partenaire a craqué à la suite du suicide de la sœur de l'une de ses employées. Déjà poussée à ses limites par le confinement du fait de ses responsabilités importantes, cette cheffe au professionnalisme exemplaire n'est plus parvenue à faire face au drame de son employée rongée par la culpabilité. L'une de nos équipes locales de psychologues s'est aussitôt rendue sur place pour réaliser des entretiens avec les personnes touchées et l'ensemble de l'équipe. Une chargée de projet m'a un jour fait une confidence qui m'a particulièrement touchée : « c'est la première fois de ma carrière au sein d'ONG qu'une institution me demande : comment ça va ? »



**Marieta Llanera**

est responsable de programme auprès de notre organisation partenaire CERD (Center for Empowerment and Resource Development) dans la province du Surigao del Sur, une région de l'archipel philippin frappée de plein fouet par les changements climatiques.

## Clé de la réussite des projets

« La manière dont les victimes de catastrophes et d'autres événements malheureux font part de ce qu'elles ont traversé nous touche au cœur. La mise en œuvre de l'approche psychosociale se révèle être une franche réussite, tant pour les bénéficiaires que pour les personnes qui leur prêtent aide et assistance. Cette méthode, appliquée par l'équipe du CERD aux Philippines dans la foulée de la distribution d'aide d'urgence aux victimes des typhons, favorise le développement émotionnel, fait renaître l'espoir et améliore la cohésion au sein de l'organisation. En se familiarisant avec des fondements théoriques relatifs à l'origine des traumatismes et à leur emprise sur un individu, mais aussi en partageant en toute franchise leurs émotions et leurs sentiments à la suite d'événements malheureux, les habitant-e-s apprennent à faire face à leurs difficultés. L'approche psychosociale joue un rôle clé dans la réussite des projets, notamment parce qu'elle permet à l'organisation de surmonter les épreuves et aux victimes de s'épanouir personnellement en aidant leur prochain. »



### Romana Büchel

est responsable des questions de genre à l'échelle nationale ainsi que de la thématique Religion et culture.

## Nous avons appris à nous écouter les un·e·s les autres

« Voilà 15 ans que David Becker nous rend visite régulièrement et nous pose la question de prime abord la plus banale qui soit : comment ça va ? Peu à peu, nous apprenons à parler de nos émotions. Je vois des collègues qui pleurent, qui rient ou se disputent. J'écoute l'histoire d'une consœur qui a passé une nuit entière cachée sous son lit au Kenya alors qu'une fusillade faisait rage dans la rue. J'écoute une autre personne nous annoncer en larmes que sa coordinatrice locale l'avait accusée de racisme. J'écoute un confrère à bout nous expliquer qu'il est pris en étau dans une dispute conjugale entre son coordinateur et l'épouse de ce dernier.

Je raconte ce que j'ai ressenti à Port-au-Prince la fois où nous avons traversé en voiture le quartier des ambassades plongé dans l'obscurité, craignant de nous faire enlever par un gang. Je raconte ce qu'il s'est passé en Haïti lorsque notre chauffeur a forcé un contrôle routier des troupes de l'ONU et que nous pouvions voir des soldats armés nous tenir en joue dans le rétroviseur.

Nous avons appris à nous écouter les un·e·s les autres. Nous avons appris à ne pas nous contenter de parler des résultats, des indicateurs et des avancées, mais aussi à partager nos échecs, notre angoisse, nos sentiments d'impuissance et de perte. Nous avons appris à accorder une place aux relations humaines. Nous avons appris que le conflit n'est pas foncièrement une mauvaise chose. Nous avons appris à apprendre les un·e·s des autres. »



### Blanchard Ayinza Boke

est coordinateur du programme République démocratique du Congo.

## Un net recul du nombre de conflits

« Chez nous, en République démocratique du Congo, l'approche psychosociale nous a été d'un grand secours dans le domaine de la gestion des conflits. En effet, auparavant, les organisations partenaires se limitaient souvent à observer la situation ou à promouvoir la réconciliation sans véritablement s'attaquer au cœur du problème, alors qu'aujourd'hui, elles s'engagent à intervenir dans les conflits et disposent désormais d'un instrument de prévention concret. Cet instrument m'a par ailleurs particulièrement impressionné dans le cadre de la gestion d'un violent conflit foncier qui opposait les habitant·e·s de deux villages dans la province du Kasai, lequel a même coûté la vie à un homme. Par la suite, l'organisation locale Coobidiep s'est employée à souligner tout ce qui rapproche les deux communautés, qu'il s'agisse, par exemple, de la source d'eau et de la forêt communes ou des unions heureuses entre membres des deux villages. En cernant ensemble les éléments qui les rassemblent et les divisent, les deux camps sont rapidement retournés à des dispositions favorables qui les ont enfin amenés à s'engager à mettre un terme au conflit. »

# Les méthodes en pratique

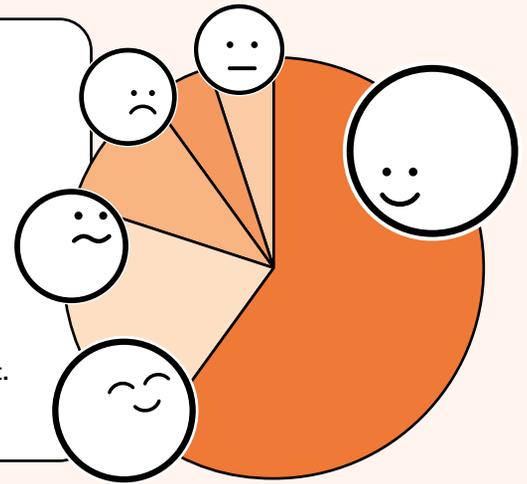
Aux Philippines, des psychologues encouragent l'expression des participant·e·s par le biais de dessins.

L'outil d'analyse psychosociale d'*Action de Carême* développé avec David Becker propose d'analyser les conflits en trois temps :

- ① On s'intéresse tout d'abord à l'**objet et aux formes du conflit**. Dans quelles dimensions se situe le conflit : personnelle, politique, économique ?
- ② On se concentre sur les **thèmes psychosociaux** : que ressentent les individus dans cette situation conflictuelle ? Quelles sont les peurs, les pertes subies de part et d'autre ?
- ③ On analyse les **mécanismes du conflit** à l'aide de la méthode *Do no harm* (Ne pas nuire). Les concepts de *connecteurs* et de *diviseurs* permettent de mettre en lumière ce qui réunit les gens et ce qui les divise (valeurs, lieux fréquentés, événement etc.) et de dégager ainsi des pistes pour transformer le conflit.

## Camembert des émotions

Lors d'ateliers de soutien, chaque participant·e identifie ses ressentis qui se composent d'émotions diverses et les inscrit dans un diagramme en forme de camembert.



60 % ■ Heureux, heureuse  
 20 % ■ Ravi·e  
 10 % ■ Énervé·e  
 5 % ■ Triste  
 5 % ■ Soucieux, soucieuse

## La main comme support

Faire le lien entre ses ressources individuelles et celles de la communauté :

- Majeur : Quel soutien reçois-je et de qui ?
- Annulaire : Quelles sont mes actions et mes projets dans l'immédiat ?
- Index : Quelles bonnes choses surviennent dans ma communauté ?
- Pouce : Quelles bonnes choses surviennent dans ma vie et dans mon organisation ?
- Auriculaire : Quels projets ai-je pour aider mon organisation et ma communauté ?
- Paume de la main : Qu'ai-je découvert qui puisse m'être utile ?



## L'arbre de la vie

Après un événement traumatisant, ce support favorise l'expression des participant·e·s et les invite à dessiner l'arbre de leur choix en associant et en nommant les pertes subies aux différentes parties de l'arbre.

**Tronc** : noter les marques ou les blessures laissées par la catastrophe et les décrire.

**Racines** : nommer les membres de votre famille, vos voisin·e·s ou les autres personnes qui vous accompagnaient durant la catastrophe.

**Branches** : inscrire le nom des personnes ou des objets touchés par la catastrophe et décrire les conséquences.

# Cinq questions à David Becker

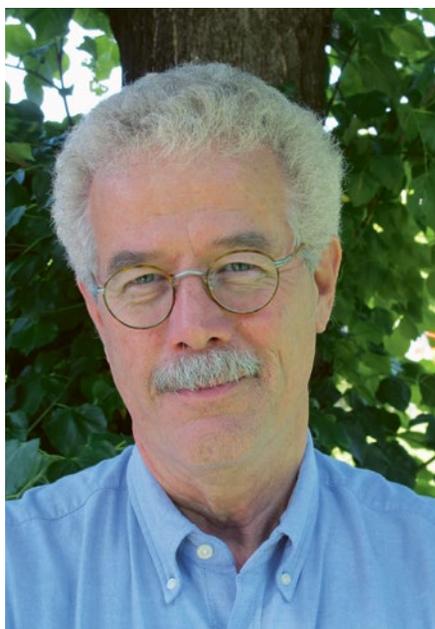
Professeur de psychologie sociale et de pratique interculturelle, David Backer enseigne à l'Université privée Sigmund Freud de Berlin.

## 1 Qu'est-ce que l'approche psychosociale ?

Le terme « psychosocial » met en exergue les rapports permanents existant entre l'intérieur et l'extérieur, entre les états psychologiques (sentiments, image de soi et perception d'autrui, valeurs et modèles de pensée), les relations sociales (appartenances, exclusions, rapports de force et culture) et les conditions de vie matérielles (infrastructures et environnement). Une approche est dite psychosociale lorsqu'elle invite à réfléchir à toutes ces dimensions à la fois. Les agricultrices et agriculteurs sont avant tout des personnes ayant leur propre histoire de vie, faite de joies et de souffrances, de désirs, de valeurs, de certitudes et d'incertitudes. Ils n'ont pas seulement besoin de semences adéquates. Pour les aider à faire face à des conditions naturelles extrêmes comme la pénurie d'eau et à des situations politiquement instables, des structures de gouvernance plus performantes et des conditions commerciales plus équitables sont également nécessaires.

## 2 Comment applique-t-on cette approche et dans quelles situations ?

En premier lieu, il s'agit d'une méthodologie, c'est-à-dire d'une grille d'analyse des problèmes et des projets afin de chercher des solutions. En second lieu, il s'agit, dans de nombreux cas, d'une approche active qui permet de prêter consciemment attention à des personnes et à des groupes présentant



David Becker : « J'ai toujours été aux prises avec le psychosocial, m'étant aperçu que, si nous voulons travailler à bon escient, il est insuffisant d'avoir une identité professionnelle d'ordre purement psychologique, social ou économique. »

des problèmes particuliers. En troisième et dernier lieu, il s'agit d'une façon d'aborder les dimensions psychosociales du développement institutionnel.

## 3 Quelles améliorations ou quels changements peut-on en attendre ?

L'approche psychosociale ne résout pas de problème ni ne modifie, au premier abord, les conditions effroyables qui règnent dans de nombreuses régions de notre planète. Elle peut cependant nous aider à gagner en efficacité et en efficacité et à ne jamais perdre de vue les individus au cœur de notre action.

## 4 Comment en êtes-vous arrivé à concevoir cette méthode ?

Je n'ai pas conçu cette méthode. Depuis de nombreuses années, différentes initiatives s'attellent à réfléchir tant aux facettes psychologiques qu'aux facettes sociales et à mettre au point des instruments utiles au quotidien. Si j'ai apporté ma pierre à cette démarche c'est, d'une part, parce que j'étudie depuis longtemps les processus traumatiques de nature sociopolitique et, d'autre part, parce que je me suis employé, en coopération avec la DDC et aussi concrètement avec *Action de Carême*, à mettre au point des instruments simples et utiles aux projets de développement.

## 5 Pourquoi est-ce important qu'*Action de Carême* l'applique tant au Sud qu'au Nord avec ses collaboratrices et collaborateurs ainsi que ses partenaires ?

L'aide n'est efficace que si elle s'opère sur un pied d'égalité et s'attaque aux rapports de force et de dépendance afin de les briser plutôt que de les renforcer. Cependant, pour y parvenir, il est indispensable, au Sud comme au Nord, de tisser des liens authentiques. Toute perspective psychosociale nous met face à cet objectif et nous pousse à l'avoir toujours présent à l'esprit. — *Colette Kalt*



Hélène Bourban, collaboratrice Sensibilisation et coopérations chez *Action de Carême* et Xavier Gravend-Tirole, théologien et aumônier à l'EPFL et à l'UNIL, deux des chevilles ouvrières de cette rencontre.

# Une rencontre pour raviver son souffle

Le jeûne peut être une clé pour la transition intérieure, et ainsi ouvrir ou renforcer un engagement pour le Vivant. C'est de cette intuition qu'est né le projet d'organiser, à l'automne, une rencontre sur deux jours pour approfondir les liens entre la pratique du jeûne et la transition.

**D**epuis plus de 20 ans, *Action de Carême* et *Pain pour le prochain* accompagnent des groupes de jeûneurs et jeûneuses durant la Campagne œcuménique. Ce réseau est riche, diversifié, et beaucoup de ses membres ont développé des liens avec le Laboratoire de transition intérieure ou d'autres initiatives qui s'engagent pour la transition. Rien d'étonnant à cela pour Xavier Gravend-Tirole, membre de la petite équipe qui prépare cet événement : « Le jeûne nous aide à cultiver notre jardin intérieur. C'est une pratique qui ouvre au changement et qui permet de nous engager pour la planète à un niveau individuel. Car l'écologie ne doit pas être seulement extérieure, mais aussi intérieure. »

Intitulé « Raviver son souffle – le jeûne, une clé pour la transition », cet événement est organisé par le Laboratoire de transition intérieure en partenariat notamment avec l'Église évangélique réformée du canton de Vaud (EERV), la Pastorale d'animation jeunesse (PASAJ), le Réseau transition Suisse romande ou encore le réseau One Planet Lab. Son objectif est d'offrir un espace de rencontre et de dialogue entre des personnes engagées pour la transition et peu familières à la pratique du jeûne, et des personnes qui jeûnent fréquemment et vivent avec une intensité variable cette pratique comme une des pistes pour la transition. Il s'inscrit dans une dynamique participative et laissera une place à l'expérimentation à travers différents ateliers pratiques à choix tels que créativité artistique, théâtre d'improvisation ou travail qui relie, par exemple.

## Un déroulement dynamique

Une conférence de la docteure Françoise Wilhelmi de Toledo ouvrira cette rencontre. Cette experte du jeûne est médecin nutritionniste et co-dirige les cliniques Buchinger. Elle proposera un aperçu de toutes les dimensions du jeûne et leurs articulations. Michel-Maxime Egger abordera les liens entre jeûne et sobriété heureuse à travers la question « de quoi ai-je vraiment soif et faim ? ». Dans une causerie qu'elle animera, Johanna Siméant-Germanos explorera la question du jeûne comme pratique protestataire. Également sur le mode de la causerie, Jean-Claude Noyé proposera une réflexion sur les formes de jeûne développées dans les grandes religions. D'autres intervenant-e-s approfondiront diverses facettes de ces questions. Le programme complet est disponible sur [www.raviver-son-souffle.ch](http://www.raviver-son-souffle.ch)

Un espace de forum ouvert permettra, tout au long de la rencontre, de faire connaissance avec des initiatives locales en lien avec le jeûne, comme Détox' la Terre, Calories pour la Vie, Jeûne pour le climat et, bien sûr, les groupes de jeûne en carême.

Le comédien et les musicien-ne-s du spectacle musical « Journal d'un jeûneur » donneront leur première représentation en clôture de ces journées. — *Hélène Bourban*

## Informations pratiques :

- Vendredi 12 et samedi 13 novembre 2021
- Lausanne, le Cazard (en cas de restrictions sanitaires, une version en ligne sera proposée, avec un programme adapté)
- Informations et inscriptions : [www.raviver-son-souffle.ch](http://www.raviver-son-souffle.ch)

# Crise climatique : de l'engagement à l'action

*Action de Carême* signe un partenariat avec la Haute école spécialisée de Suisse occidentale dans le canton de Genève (HES-SO Genève) pour armer les jeunes à faire face à la crise climatique.



La dynamique de la spirale qui relie permet aux participant-e-s d'expérimenter un processus de transformation et d'exploration intérieure.

Le Laboratoire de transition intérieure, porté par *Pain pour le prochain* et *Action de Carême*, a signé un accord de partenariat avec la HES-SO Genève pour la mise en œuvre du projet « Jeunes et changement climatique : Sensibilisation-Information, Participation et Actions (SIPA) ». Lors d'une étude qui analysera le comportement de jeunes de cinq maisons de quartier du Grand Genève, le Laboratoire proposera des ateliers d'écopsychologie dans le but de renforcer l'envie d'agir et de participer à la lutte contre les changements climatiques.

## Participation et interdisciplinarité

La participation des jeunes est considérée comme un pilier fondamental pour opérer un changement tant politique que social. Ce projet de recherche s'intéresse à leur perception et représentation de l'évolution climatique afin de développer leurs compétences en tant qu'actrices et acteurs potentiels de changement dans leur quartier et de les accompagner dans l'élaboration d'actions concrètes.

Une des forces du projet réside dans son interdisciplinarité. En effet, afin de saisir l'ensemble des enjeux, il touche les domaines de l'écologie et de l'environnement, de la sociologie, du travail social, du développement, de l'art et du design, de la psychologie, de la jeunesse et de l'action politique. Il débutera en septembre et s'étendra sur une durée de deux ans. *Action de Carême* et *Pain pour le Prochain* seront également impliquées dans la diffusion et la valorisation des résultats de la recherche.

Il n'est plus nécessaire d'énoncer les effets néfastes des changements climatiques sur l'ensemble de la planète. Il s'agit, hélas,

d'un des thèmes les plus présents dans l'actualité contemporaine. Face à cette situation, l'action citoyenne des jeunes pour le climat a été marquée, pendant les deux dernières années, par de fortes mobilisations dans plusieurs pays du monde, y compris en Suisse.

## Surmonter le sentiment d'impuissance

Malgré l'importance de ce fort engagement idéologique, des études en psychologie sociale estiment que l'information ne suffit pas à déclencher des changements de comportements auprès des citoyen-ne-s. De plus, le pronostic catastrophique des changements climatiques génère souvent chez l'être humain des sentiments d'impuissance, de déni ou d'angoisse. Pour parer à ces émotions parfois paralysantes, le Laboratoire de transition intérieure proposera, dans le cadre du projet SIPA, des ateliers de Travail qui relie.

Développée par l'écophilosophe Joanna Macy dans les années 1970, cette approche permet, grâce à des exercices pratiques, de libérer la parole et les émotions afin de les transformer en engagement. La méthode explore également le lien entre l'humain et la nature, s'appuyant sur la théorie selon laquelle notre société s'est déconnectée de la nature à tel point que cette dernière ne représente plus qu'un stock de ressources à notre disposition. Ce phénomène de marchandisation de la nature nous aurait conduit au modèle d'exploitation actuel. Une vision du monde que le Laboratoire de transition intérieure s'attelle à changer afin de tendre vers une société durable et solidaire.

— Tiziana Conti

**L'étude sera disponible sur :**

[www.hesge.ch/developpement-urbain](http://www.hesge.ch/developpement-urbain)