

Pastorale Familiale
Centre Diocésain Pape François
9, rue Capitaine de Bresson
05000 GAP

Tel. 06 10 01 13 26 (Philippe Castagno)
Courriel : pastorale.familiale@diocesedegap.com

Gap, le 22 avril 2020.

Chers Parents, chers Enfants, chères Familles et donc... chers confinés, mes frères et sœurs,

Je ne vais pas m'étendre sur les origines de cette situation qui nous touche tous à des degrés divers. Nous vivons en effet la sixième semaine de confinement, une situation pénible pour certains, un peu plus légère peut-être pour d'autres, selon les circonstances. Un 25 m² en pleine ville ne vaut pas une grande villa en pleine campagne, mais l'isolement peut toutefois guetter chacun avec la même intensité. Certes, les conditions matérielles revêtent une importance notable, mais notre état physique, moral, mental et spirituel conditionne aussi considérablement notre façon de « faire face » à ce quotidien différent, il est bouleversé et devient difficile, même pour les familles les plus équilibrées. De la scolarisation à la maison, en passant par la redistribution des tâches dans une vie commune quasi-permanente, la réorganisation n'est pas évidente.

De plus, des incertitudes demeurent sur la fin de ce confinement et sur nos capacités à vivre attentifs aux autres et à nous-mêmes, à prendre soin de nos enfants, de nos aînés, de nos voisins, de nos proches... Des questions économiques et financières se présentent et le deuil peut également frapper certains d'entre nous. Sans pouvoir accompagner pleinement le défunt, sans regroupement familial possible, ce départ devient alors encore plus douloureux.

Dans son message du 16 mars dernier, le pape François nous encourageait par sa prière et nous invitait à nous renouveler :

« Je pense aux familles, enfermées, les enfants ne vont pas à l'école, peut-être que les parents ne peuvent pas sortir, certains seront en quarantaine. Que le Seigneur les aide à découvrir de nouvelles façons, de nouvelles expressions d'amour, de vivre ensemble dans cette nouvelle situation. C'est une belle occasion de redécouvrir une véritable affection avec la créativité dans la famille. Prions pour la famille, afin que les relations dans la famille dans ces moments soient toujours florissantes pour le bien. »

Depuis ce message, il n'a cessé de prier, de nous soutenir comme toute l'Église, et de nous exhorter pour garder la Foi, l'Espérance et la Charité indispensables.

L'avenir est à repenser, nous devons faire du nouveau, réapprendre à vivre ensemble... Concrètement, nous vous transmettons par cette lettre quelques pistes qui renforceront ce soutien, elles pourront également enrichir les diverses propositions humaines et spirituelles qui circulent déjà avec bonheur sur le Web, à condition d'exercer, bien entendu, un minimum de discernement quant à ce qui peut être néfaste ou utile à chacun.

Je vous livre ces quelques liens, ceux-là sont déjà testés dans différents diocèses par des parents, des familles ou des couples désireux de mieux vivre ce temps particulier.

Soyez assurés de mon soutien et de ma prière fraternelle.



Quelques contenus pour occuper utilement nos enfants et petits-enfants :

<https://www.la-croix.com/Famille/Enfants/Occuper-enfants-confinement-notre-dossier-2020-03-20-1201085179>

<https://www.la-croix.com/Famille/Enfants/Confinement-Jai-improvise-atelier-decriture-petits-enfants-2020-03-20-1201085107>

<https://talemimg.com/occuper-enfants-maison-coronavirus/>

Trouver les mots pour leur parler du Coronavirus, les conseils d'une pédopsychiatre :

<https://www.la-croix.com/Famille/Education/Coronavirus-dire-enfant-selon-tranche-dage-2020-03-21-1201085280>

Accueillir leurs peurs :

<https://apprendreaeducer.fr/accueillir-les-peurs-des-enfants-genees-par-confinement-et-le-covid-19/>

L'actualité adaptée à nos enfants :

<https://www.la-croix.com/Famille/Enfants/1jour1actu-telechargez-gratuitement-journal-enfants-confinement-2020-03-20-1201085139>

Une plate-forme pour les parents et professionnels de l'enfance :

<http://www.enfance-et-covid.org>

Vie religieuse et vie de famille ont des points communs, les 10 conseils d'une religieuse cloîtrée :

<https://www.cath.ch/newsf/comment-vivre-confines-10-conseils-dune-religieuse-cloitree/>

Quelques conseils de bon sens :

http://www.lavie.fr/famille/enfants-ados/les-5-conseils-pour-s-organiser-en-confinement-24-03-2020-104864_690.php

Groupe Facebook des Associations Familiales Catholiques :

<https://www.facebook.com/groups/2830365377059978/>

Soutenir nos couples, notre couple :

<https://fr.aleteia.org/2020/03/19/couples-en-confinement-les-bons-reflexes-a-prendre-pour-eviter-les-tensions/>

<https://www.afc-france.org/societe/questions-de-societe/couple/3665-diner-en-amoureux>

Prendre quelques conseils :

https://www.youtube.com/watch?v=0A_Eb88a344&feature=youtu.be

Ou se confier quand cette vie de couple s'assombrit :

<https://www.cler.net/Accompagnement-couples-et-familles>

Soutenir nos personnes âgées :

<https://www.diocese-annecy.fr/actualites/des-cartes-et-des-dessins-pour-les-residents-en-ehpad>

Soutenir ceux qui souffrent des maux du confinement, remettre en perspective les désillusions éventuelles :

<https://www.cler.net/Accompagnement-couples-et-familles>

Le soutien de la prière :

<https://www.xavieres.org/mur-de-priere/>

N'oublions pas les **nombreuses initiatives paroissiales, diocésaines et nationales** pour vivre en direct, ou en différé, les **messes et temps de prière...** (cf. sites divers, Youtube, Facebook...)

Et n'oublions pas non plus ce **Numéro téléphonique national du Service d'écoute pour les catholiques en France** en période de confinement, service anonyme et gratuit :

0806 700 772