



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Etre partenaires»

Campagne œcuménique 2019

Ensemble avec des femmes engagées -
ensemble pour un monde meilleur



© Action de Carême

La campagne œcuménique 2019 se focalise sur les femmes comme actrices de changement qui défendent les droits humains, luttent pour une économie au service de la vie et s'engagent pour une transition indispensable de la société.

Ce combat est particulièrement important dans le domaine de l'exploitation des matières premières, qui entraîne souvent des violations des droits humains, l'accaparement des terres ou la pollution des sols et de l'eau. Dans ces contextes, des femmes revendiquent leurs droits, ceux de leurs communautés, et s'unissent pour devenir plus fortes ensemble.

www.voir-et-agir.ch/jeuner-ensemble



**Jeûner
ENSEMBLE**
et promouvoir le
droit à l'alimentation

Une cinquantaine de groupes, coordonnés par **Action de Carême** et **Pain pour le prochain**, rassemblent les personnes de Suisse romande qui vont, une semaine durant, pendant le temps de carême ou temps de la passion, s'abstenir de manger de la nourriture solide et se réunir pour vivre des moments d'échange et de partage tout en poursuivant leurs activités quotidiennes. Ces jeûneurs et jeûneuses sont accompagnés par des équipes d'animation.

Les semaines de jeûne en carême sont vécues dans la dynamique spirituelle de ce temps de préparation à Pâques. Elles ne constituent pas a priori des « jeûnes thérapeutiques ». Le nettoyage physique et les expériences spirituelles que les personnes ont la joie de vivre sont cependant bénéfiques pour tout l'être.

Celui qui est affamé ne jeûne pas et celui qui jeûne n'est pas affamé

« L'homme ne vit pas de pain seulement... » (Mt 4.4) ; celui ou celle qui jeûne en fait l'expérience tangible. Cette démarche n'a rien à voir avec un quelconque mépris pour la nourriture, bien au contraire ! Jeûner, c'est apprendre à être heureux avec moins. C'est une chance de se mettre en route, pour transformer le sens et la manière de manger, pour nous questionner sur nos désirs et nos modes de consommation. « De quoi ai-je faim et soif ? » Ceci pour revisiter notre lien avec nous-mêmes, avec les autres et avec la création. C'est un chemin vers la sobriété heureuse.

Talon d'inscription pour le jeûne spirituel pendant la campagne œcuménique 2019

Il peut être rendu au terme de la soirée d'information ou envoyé à l'adresse mentionnée sur l'encart de votre groupe régional, au minimum 10 jours avant le début de la semaine de jeûne.

(nombre de places limité)



Je m'inscris pour la semaine de jeûne :

à

du au

Nom

Prénom

Adresse

Lieu

Tél.

Courriel

J'ai déjà jeûné une semaine :

Oui

Non

Date de naissance

Poids

Je suis en bonne santé, j'ai lu les informations du « dépliant jaune » et assume l'entière responsabilité de mon jeûne.

Date et signature

Qui peut jeûner dans sa vie quotidienne ?

Toute personne adulte et en bonne santé. Les personnes qui prennent des médicaments, ou qui ont un problème de santé, sont priées de prendre contact avec un membre de l'équipe d'animation de leur région ou avec la coordinatrice pour la Suisse romande **avant** de prendre la décision de participer.

Avec le soutien du groupe, nous jeûnons ensemble pendant une semaine

Cela veut dire que nous ne prenons pas de nourriture solide et que nous buvons juste des tisanes, des jus de fruits et de légumes, selon la méthode du Dr Buchinger. Une semaine de jeûne ne se limite pas seulement à une semaine. En tout, vous devriez prévoir trois semaines (première semaine, diminution de prise de nourriture ; deuxième semaine, jeûne ; troisième semaine, réintroduction progressive des aliments.) Allégez le plus possible votre emploi du temps pendant cette période.

Les conditions de participation que nous adoptons :

- santé psychique et physique
- discipline de base du jeûne
- participation régulière aux réunions quotidiennes du groupe

Rencontre d'information

Les groupes locaux organisent une rencontre d'information pour toute personne intéressée. La participation à cette séance est souhaitée pour les nouveaux jeûneurs.

Vous trouverez les informations pour votre région sur www.voir-et-agir.ch/jeuner-ensemble

Si vous souhaitez créer un groupe de jeûne, ou désirez connaître les dates et lieux de rencontre d'autres groupes, vous pouvez consulter **www.voir-et-agir.ch/jeuner-ensemble**, ou prendre contact avec votre curé ou votre pasteur-e. La coordinatrice romande des semaines de jeûne en carême vous renseignera aussi volontiers :

Katrin Fabbri
Ch. de Sorécot 23 – 1033 Cheseaux-sur-Lausanne
079 332 38 09
jeuner@voir-et-agir.ch

Frais d'inscription

Un prix indicatif de Fr. 40.- est compté pour couvrir les frais liés à cette semaine de jeûne. Ce montant ne doit toutefois pas être un obstacle à la participation de quiconque, un arrangement peut toujours être cherché.

Offrande-partage pour des projets de développement d'Action de Carême et Pain pour le prochain

Le jeûne nous ouvre à la solidarité dans le monde et nous invite au partage pour une Vie digne pour tous. Notre offrande sera récoltée à la fin de la semaine de jeûne et versée intégralement pour soutenir des projets au Guatemala.