

# CARITAS PÉRIGORD AGENAIS

Délégation Périgord Agenais - 38, Avenue Georges Pompidou 24000 Périgueux - 05.53.05.79.29  
perigordagenais@secours-catholique.org - Site internet : perigordagenais.secours-catholique.org

 Secours Catholique du Périgord Agenais

## LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT

### Enquête sur l'isolement en ruralité

#### PROJET DE DÉLÉGATION

Des actions pour « aller vers »

#### CAMPAGNE DE FIN D'ANNÉE 2021

De nouveaux outils créés ensemble

#### VIE DES ÉQUIPES

Marchons ensemble au Bugue !

#### RECHERCHE DE SENS

Relecture en équipe de la période Covid

#### INFOS CAUSETTE

La Délégation lance son concours de pétanque !



Bel été

à tous !



3

## Zoom sur la lutte contre l'isolement



6

## Projet de délégation

## Campagne de Fin d'Année 2021

8



9

## Vie des équipes



11

## Recherche de sens

## Infos Causette

12

Directeur de publication : Thierry FONTAINE  
 N° ISSN : 2681-6423 - Dépôt légal : 06/2021 -  
 Imprimerie : PRINT33, 18 avenue Gustave Eiffel, 33600 PESSAC - Papier FSC et PEFC - Le présent numéro a été tiré à 650 exemplaires.



# ÉDITO

Chers amis,

Vous le savez, la lutte contre l'isolement constitue une des quatre grandes priorités de notre projet de délégation 2017-2021. Ces deux dernières années, notre Conseil d'Animation – instance de gouvernance de la délégation qui réunit une vingtaine d'acteurs issus des différents territoires – a souhaité approfondir ce sujet qui est au cœur de la mission de notre association. La richesse des échanges qui s'y sont tenus et la découverte des initiatives portées par les acteurs de la délégation mais aussi par d'autres structures ailleurs, en France ou à l'étranger, ont conduit les membres du Conseil d'Animation à souhaiter partager largement avec le réseau les pépites repérées, des outils d'animation propices à l'échange ou encore les projets qui s'esquissent et peuvent susciter d'autres désirs d'engagement.



Cédric Barennes  
Délégué

La crise sanitaire que nous traversons depuis plus d'un an maintenant renforce encore sans aucun doute, nous le percevons bien quel que soit notre rôle au sein de la délégation, l'acuité de ce sujet et l'importance que nous conjugions nos efforts pour permettre à celles et ceux qui le subissent de rompre cet isolement qui vient ôter beaucoup

de saveur à la vie et parfois même défigurer notre humanité.

Ce bulletin Caritas Périgord Agenais est ainsi l'occasion de vous faire découvrir la grande richesse des initiatives développées par les acteurs de notre réseau ou d'ailleurs pour contribuer à la lutte contre l'isolement, tout particulièrement en milieu rural qui représente une grande part de notre territoire de délégation.

Vous le verrez au fil de ces pages : « l'aller vers » – plutôt qu'attendre au sein de nos locaux – se développe sous différentes formes : visites à domicile, Fraternibus ou encore « Le Petit Café Mobile », le nouveau projet de l'équipe de Marmande. Dans la perspective de la prochaine Campagne de Fin d'Année, un projet de recueil de nombreux témoignages se prépare sur les effets douloureux de ce temps de crise sanitaire que nous traversons. Toutes les expressions des personnes que nous prenons la peine et le temps d'écouter convergent pour dire l'importance de prendre soin les uns des autres, de vivre la fraternité par la rencontre.

**Bonne lecture  
et bon ressourcement estival  
lorsque le temps en sera venu !**

## Un nouveau site pour une meilleure visibilité

Depuis un petit peu plus d'un an, le siège national du Secours Catholique travaille pour proposer à chaque délégation de nouveaux sites internet. En juillet prochain, nous aurons une nouvelle page internet pour présenter au grand public notre délégation,

ses valeurs, ses actions, ses projets, ses recherches en bénévoles, etc. Une nouvelle page dans l'air du temps ! Avec de jolies couleurs, de jolies photos ! Pour mettre en avant vos beaux projets ! Il nous tarde de vous partager ce nouvel outil. Le moment venu, nous vous enverrons toutes les informations qui vous permettront d'aller voir cette nouvelle page !



L'isolement est à la fois une cause et une conséquence de la pauvreté. Au sein de notre délégation, la lutte contre l'isolement est une priorité et s'articule autour de 3 axes : le soutien à la mobilité, la lutte contre la fracture numérique et la lutte contre la fracture sociale.

Les équipes du Secours Catholique développent, avec les personnes concernées, des actions pour rompre cet isolement telles que des ateliers conviviaux, des vacances collectives, des réseaux d'entraide et d'échanges de services, etc.

## « Pour moi, c'est quoi l'isolement ? » :

### Favoriser l'expression à l'aide du photolangage

#### Principe

À partir de la question suivante « Pour moi, c'est quoi l'isolement ? », choisir une image ou photo parmi plusieurs proposées puis partager au groupe les raisons de son choix. Chacun respecte la parole et le ressenti de la personne qui s'exprime, il n'y a pas de débat ou d'échange.

Voici quelques témoignages de bénévoles de l'équipe de Ribérac qui ont participé à ce temps d'animation :

« La personne est isolée dans sa chambre, elle est toujours dans ses souvenirs, ce qui n'améliore pas le caractère souvent. Je le sais parce que je vis ça. »



« Maman a été 10 ans en maison de retraite, ça a été très dur, je sais qu'elle m'attendait comme ça sur son fauteuil. Je sais comment c'est dur ces personnes qui ont encore plein de choses à donner et on ne s'en occupe plus, on leur parle comme à des enfants. J'ai vécu ça avec mon mari qui avait une démence. Il y a cette mort sociale avant la mort. Nous, à notre niveau, ce n'est pas difficile d'aller voir des gens en maison de retraite. Eux, ils nous attendent. Avoir une visite par jour pour quelqu'un, c'est énorme, on existe encore, on n'est pas rayé de la carte. »

« Michèle (prénom d'emprunt), elle se voit dans cette photo, toute seule, dans un petit village où personne ne se parle. J'ai un fils et des petites-filles que je vois mais les journées sont longues quand on n'a personne à qui parler. »

« La personne qui est enfermée. Il réfléchit, il a des remords, il est coincé, il est seul. La vie pour les prisonniers, ce n'est pas toujours drôle. On ignore l'ambiance qu'il peut y avoir, la méchanceté, l'hypocrisie, la torture... pour quel résultat ? je ne sais pas... ça bonifie ou ça agresse. À méditer. »



« La personne qui est en plein océan, perdue, qui envoie un dernier message pour que quelqu'un vienne à son secours de cette solitude qu'elle connaît peut-être depuis un certain temps. »



## Isolement et crise sanitaire :

### Une personne rencontrée par l'équipe de Mussidan témoigne de son désarroi

Au sujet du Covid 19, c'est un virus qui ne nous quittera pas, même avec le vaccin... Le premier confinement ne s'est pas bien passé, le deuxième confinement est pénible à vivre pour moi et ma famille, le troisième je le vivrai encore mal. Ce n'est pas la vie que nous avons, confiner et reconfiner, ça met le moral à zéro, ça complique beaucoup de problèmes pour la santé. Espérons un jour que la vie sera meilleure.

Vous avez envie d'expérimenter le photolangage au sein de votre équipe ? Parlez-en à votre animateur !

## Enquête sur l'isolement en ruralité

### Que sont devenus les villages d'autrefois ?

Dans les années « cinquante », villages et hameaux vivaient au rythme des saisons ! Les campagnes étaient peuplées et les petits villages ruraux étaient vivants. Entre l'école et son instituteur, le boulanger, l'épicier, le curé du village et bien d'autres encore, les jours s'écoulaient paisiblement. Conscients de l'appartenance à un groupe, ils se connaissaient tous, et tous ou presque ont disparu du paysage, laissant derrière eux des maisons aux volets clos et des personnes seules éloignées des activités bruyantes des villes !



Aujourd'hui, la campagne est dépeuplée, les familles sont dispersées laissant des populations rurales vieillissantes, repliées sur elles-mêmes et peu enclines aux évolutions !

### Dans la ruralité, l'isolement devient la norme !

La ruralité est multiple et se présente sous différentes formes. Dans ce contexte, il est donc évident de faire du « sur mesure », afin d'être suffisamment pragmatique pour adapter les réponses ajustées à chaque territoire. L'isolement a débuté avant... bien avant le confinement qui est venu amplifier une situation connue et identifiée par bien des équipes locales du SCCF. Comment se traduit l'isolement, quelles solutions y apporter, comment aller à la rencontre de ces populations ? Tout est parti d'une équipe du SCCF qui, ayant été informée d'une ou des

problématique(s), d'une ou des injustice(s) vécue(s) au quotidien (exemples : transport, précarité énergétique, isolement...), a voulu connaître davantage les causes de cette situation. Plusieurs rencontres furent organisées au sein de l'équipe, avec différents acteurs, pour en discuter et tenter de collecter le plus d'informations possibles. Pour mieux appréhender cette situation et mettre en place des projets pour minimiser les effets voire rompre avec cet isolement, nous avons essayé de dresser un « état des lieux » dans une quinzaine de petits villages de Val de Garonne Agglomération.

### À la rencontre des maires !

Un questionnaire fut établi permettant de collecter des données pour mieux connaître les villages et leurs habitants ! Ce questionnaire portait notamment sur la population, l'habitat, les écoles, les services administratifs, les commerces, les transports, le secteur associatif, les lieux de rencontre, les lieux de cultes, les personnes isolées, les causes de leur isolement, les actions engagées, les obstacles à la mise en œuvre, etc.

Les élus rencontrés ont été particulièrement intéressés par cette démarche. Tous ont conscience de la problématique de l'isolement, ont connaissance de personnes isolées et ont souhaité que le secteur associatif, souvent pas ou peu implanté dans la ruralité, vienne en aide pour développer un projet particulier, animer des ateliers hebdomadaires, assister les personnes et lutter contre la fracture numérique ou simplement créer du lien social.

**Questionnaire Mairie sur l'isolement**

Commune: \_\_\_\_\_

CCAS \_\_\_\_\_

Représentant du SC ou CCAS ? oui  non

Représentation communale ? oui  non

Subventions SC oui  non

**Population**

Nombre habitants dans la commune \_\_\_\_\_

Nombre d'habitants dans le bourg \_\_\_\_\_

Nombre d'habitants en campagne \_\_\_\_\_

% de retraités \_\_\_\_\_

% de décès \_\_\_\_\_

**Habitat**

Logements locatifs Secteur Public oui  non

Logements locatifs Secteur Privé oui  non

Maisons individuelles oui  non

Habitat collectif oui  non

**Commerces**

Type de commerce \_\_\_\_\_

Rés de commerce \_\_\_\_\_

Marchands itinérants \_\_\_\_\_

Marchés \_\_\_\_\_

### Le diagnostic établi, comment l'exploiter ?

Restituer les données auprès des acteurs du terrain et s'en servir pour initier des projets : voilà le CHALLENGE qu'il appartient de relever ! Après analyse des données vient le temps de la réflexion et des propositions. Le questionnaire pourrait être utilisé comme un outil permettant à une équipe de rompre avec la routine, se détacher de ses réalités pour se tourner vers un « ailleurs », rencontrer des partenaires et travailler avec eux. Quant aux bénévoles mandatés en CCAS et CIAS, les données collectées qui peuvent s'apparenter à une Analyse des Besoins Sociaux, souvent inexistante dans les petits CCAS ruraux, pourraient être utilisées pour impulser des actions ou défendre

certaines situations nécessaires au changement social local. L'outil n'est pas figé, il est vivant et adaptable à des situations nouvelles. Soyons suffisamment créatifs pour recréer du lien social fortement impacté par la crise sanitaire et permettre aux personnes de se retrouver pour se reconstruire un quotidien.

Jean-Michel,  
bénévole référent  
Plaidoyer

*Vous souhaitez  
prendre connaissance  
de ce questionnaire ?*

**Demandez-le à votre animateur !**

## Mona Lisa : Mobilisation nationale contre l'isolement des personnes âgées

Le nom peut surprendre. Mona Lisa n'a rien à voir avec la peinture ou l'Italie, mais avec la solidarité. Mona Lisa est en fait l'appellation d'un réseau national d'aide aux personnes âgées. Le dispositif Mona Lisa, réunissant les pouvoirs publics et des partenaires associatifs, doit permettre de mutualiser nos idées et nos énergies pour faire reculer l'isolement social et promouvoir des actions bénévoles de proximité. Il doit aussi encourager et favoriser les liens intergénérationnels, afin de rompre l'isolement des personnes âgées, qui est la porte d'entrée de l'exclusion sociale, redoutée par tous.

**Lutter contre l'isolement, c'est aussi favoriser l'intégration des nouveaux arrivants, que ce soit en milieu rural ou urbain.**

### Zoom sur les actions menées par notre partenaire international IGSSS en Inde

Afin de fuir la précarité qui touche le milieu rural, de nombreuses personnes prennent la route pour rejoindre les grandes villes, friandes de main d'œuvre pour travailler à leur expansion fulgurante. Ces travailleurs agricoles y trouvent souvent du travail peu qualifié. Sans contrat formel ni revenus réguliers, ils grossissent les rangs des bidonvilles et vivent dans des conditions de grande pauvreté (pas d'eau potable, de sanitaires ou d'accès aux services de santé). Ces personnes habitent la ville, travaillent à sa construction, participent à son économie mais en sont exclus. Ces villes ne prévoient en effet aucun accueil spécifique ou solutions pour aider les personnes à s'installer et à s'intégrer.

L'objectif est de créer des équipes citoyennes encadrées et formées, sur un ou plusieurs territoires de notre délégation Périgord Agenais. La pandémie ayant freiné notre réflexion et notre détermination sur ce projet, Jean-Michel Lagaüzère et moi-même, Philippe Beaumont, allons de nouveau partir à la rencontre d'équipes citoyennes déjà constituées dans des départements limitrophes, avant de se positionner dans notre délégation. Nous en reparlerons dès que possible...



© SCSF / GAËL KERBAOL

L'Indo-Global Social Service Society (IGSSS), avec le soutien du Secours Catholique Caritas France, contribue à un développement urbain plus juste, incluant les personnes les plus pauvres et les nouveaux arrivants. Au-delà de l'accompagnement des personnes, l'organisation analyse la réalité de la pauvreté en Inde afin d'**identifier les voies de transformations durables** et de les mettre en œuvre.

Concrètement, plusieurs démarches se développent :

**En encourageant les personnes les plus pauvres à devenir actrices de leur citoyenneté**

Cela passe par le **soutien à la création de collectifs** dans les bidonvilles **en mobilisant les habitants**. Ces derniers sont **formés** sur leurs droits et sur la manière dont ils peuvent les faire valoir auprès des autorités. Également, ils accompagnent les communautés pour installer et entretenir des infrastructures de base.

**En agissant avec les acteurs locaux et les institutions pour donner une place et des droits aux personnes**

IGSSS incite à davantage d'égalité entre les territoires et leurs habitants. L'organisation, **avec des ONG partenaires**, contribue aussi, à travers des pétitions et des **campagnes de sensibilisation**, à placer les droits des plus vulnérables sur le devant de la scène. Elle **favorise le dialogue** indispensable **entre les collectifs** de femmes et **les municipalités** que ce soit dans le domaine de la santé, l'accès au travail ou la création de groupes d'entraide.

# LE PROJET DE DÉLÉGATION TOUS ACTEURS - BASSIN DE VIE -

# VIVRE ET AGIR ENSEMBLE ISOLEMENT - COMMUNICATION

## Lutte contre l'isolement : des actions pour « aller vers »

### La visite à domicile

Marie-Louise, bénévole au sein de l'équipe de Beaumont-Monpazier, et les personnes qu'elle visite, témoignent :

« Je suis souvent leur seule visite de la journée »

« Depuis que j'ai pris ma retraite, il y a une dizaine d'années, je m'investis au Secours Catholique pour les missions d'accueil, la boutique, ou encore l'apprentissage du français. Finalement, j'y ai trouvé un prolongement avec ce que j'ai toujours fait chez moi. À l'aide d'un café, le contact se tisse plus facilement avec la personne reçue. Celle-ci confie peu à peu ses problèmes mais aussi ses joies, et une vraie amitié peut germer. Je me souviendrai toujours d'un monsieur qui m'a dit "on a partagé du mauvais, aujourd'hui on partage le bon". Des fois, il ne faut pas grand-chose pour nouer le contact. C'est d'autant plus vrai avec cette période de Covid, vécue par les personnes âgées comme une coupure. Je continue à aller les voir, ou les appeler, de préférence le week-end, de façon à prendre le relais avec l'aide à domicile. Elles sont trois actuellement à m'attendre. On discute de tout et de rien. Je suis souvent leur seule visite de la journée. »

Marie-Louise

« Je me sens soutenue par sa présence, j'ai un grand plaisir à la recevoir. C'est précieux de recevoir une chaleur humaine. »

« C'est un plaisir d'avoir une visite par semaine. C'est une amie de longtemps, nous avons les mêmes idées : aider les gens. »

### Le Fraternibus

Le Fraternibus se rend dans plusieurs villages de la Dordogne afin de créer du lien avec les habitants et de développer des projets conviviaux et solidaires à partir de leurs envies et de leurs préoccupations. Sylvie, Marie-France et Francine en sont des fidèles ! Elles nous racontent en quoi cette action leur permet de développer des liens avec d'autres et de renforcer leur pouvoir d'agir !



Sylvie

de Saint-Aulaye

Maintenant, je me sens mieux, je m'exprime plus

« Je suis arrivée dans ce village il y a trois ans, et je me retrouve bien isolée depuis. Je ne vois personne, à part mes enfants et leur famille, de temps en temps. Alors, quand l'assistante sociale m'a parlé du Fraternibus, j'y ai tout de suite vu l'occasion de faire connaissance avec d'autres habitants. Et c'est très sympa. Les bénévoles viennent me chercher pour midi, un mercredi sur deux. Un vrai groupe s'est constitué. On discute bien sûr, mais on s'est mis à jouer à la pétanque. Cet été, on a prévu de faire un tour du village avec une personne de l'office de tourisme qui évoquera son histoire. On projette une sortie "barbecue" en utilisant le four à pain... C'est bien de sortir de chez soi ! C'est bien pour les personnes qui souffrent d'isolement, c'est comme une famille, ça réchauffe le cœur, j'ai du soutien. Avant j'étais renfermée et maintenant je me sens mieux, je m'exprime plus. »

Marie-France

d'Urvil

« C'est formidable, lorsque l'on est éloigné des villes et que l'on prend de l'âge, de trouver des personnes qui nous prêtent une oreille attentive. Nous sommes trois-quatre à nous retrouver ainsi, accueillis chaleureusement par Anne et Dominique. Ensemble, nous faisons de la poterie, du crochet... Jeudi 24 juin, nous avons projeté d'organiser un pique-nique ! »

Francine

d'Aubas

« J'attends le Fraternibus avec impatience. Je m'apprête, prépare quelque chose à apporter comme des biscuits, de la tisane, des fleurs... Ce rendez-vous me permet de travailler ma mémoire, de faire des connaissances. C'est très agréable, on partage nos petites contrariétés mais aussi des choses positives comme des recettes de cuisine. J'ai très mal vécu l'année 2020, avec les confinements... Je ne voyais personne et ne pouvais plus participer à l'atelier mémoire de ma commune. Grâce au Fraternibus, j'ai retrouvé un certain élan. Je suis plus active dans mon jardin, je m'organise mieux pour mes courses... »



### Le Petit Café Mobile



Chloé, animatrice, et Marie-Claude, bénévole, nous expliquent ce nouveau projet construit et mis en œuvre par l'équipe de Marmande depuis quelques mois !

« On a fait le constat, avec l'équipe, il y a un an et demi, que l'on avait du mal à toucher les personnes en situation de précarité sur l'aspect convivial. Il y a une certaine réserve à demander de l'aide dans nos campagnes. La Covid a accentué ce besoin de proximité. Nous avons donc le projet de délocaliser notre table de convivialité. Deux villages sont particulièrement intéressés pour recevoir "Le Petit Café Mobile" : Sainte-Bazeille et Cocumont... Les municipalités respectives ont elles-mêmes le projet de réaliser des tiers lieux qui favorisent ces liens. Nous sommes souples dans nos propositions. Les rencontres peuvent se faire sur des temps collectifs, mais aussi de manière individuelle. Nous pouvons nous déplacer en Ehpad, en mairie, au marché, chez les gens... »

Chloé



« Ce projet d'équipe permet d'aller à la rencontre de nos publics, au-delà de l'aide ponctuelle apportée. Ainsi, nous ne répondons pas à une demande, nous proposons notre aide... ça change tout ! Je me rappelle une invitation pour un repas solidaire à Bazeille : la personne au téléphone avait surtout besoin de parler ! L'invité était ravi de sortir de chez lui, lui qui n'avait pas de moyen de locomotion... »

Marie-Claude

## Et si la Campagne de Fin d'Année devenait un outil pour « aller vers » ?



### Le pot de terre

Atelier de confection de pots de terre avec l'équipe du Fraternibus d'Urval.

En janvier 2021, le comité de pilotage autour de la Campagne de Fin d'Année (CFA), composé d'acteurs du Secours Catholique Périgord Agenais, a proposé aux équipes locales la création de trois nouveaux outils de collecte pour la CFA des mois de novembre et décembre 2021. Trois objets faciles à fabriquer ! Le pot de terre, le marque-page et le Recueil Comment ? Eh bien, ENSEMBLE ! Rassemblés lors d'un atelier créatif, par exemple ! L'idée, derrière ces trois objets, étant d'inciter chaque équipe à aller vers les personnes qu'elle accompagne pour créer avec elles. Quoi de mieux, en ces temps où l'isolement touche de plus en plus de personnes, que de se rassembler en petit groupe pour sortir de chez soi et se retrouver ? Quoi de mieux pour notre CFA que de pouvoir proposer des objets « fabriqués maison », qui ont une histoire... ? Celle d'un chouette moment créatif passé ensemble !

Pour Martine de l'équipe de Neuvic, aller vers des personnes et recueillir leur témoignage pour participer à la fabrication du Recueil fut comme « thérapeutique ». Car, pour elle, quel plaisir de prendre ce temps d'écoute auprès de ces personnes parfois très isolées.

### Le Recueil de témoignages

liés à la période de la crise sanitaire (Extrait)

#### Le confinement et moi

« C'est très dur d'être confinée chez soi. De ne pas pouvoir faire ce que l'on a envie ou veut. Tous les jours se ressemblent. Je suis dans une routine journalière et je le supporte très mal. Heureusement que j'ai mon chien. Cela me permet de prendre l'air pour le sortir. Rester chez moi, c'est pas mon truc. J'ai aussi la télé, un peu de lecture et des mots mêlés, mais ça, ça va un moment. C'est dur d'être seule, de ne plus voir les gens auxquels on tient.

Ce qui me manque le plus c'est de ne pas avoir de contact physique avec les personnes que j'aime, de lien social avec toutes les personnes que je voyais. Je prends ces moments difficiles sur moi, mais il y a des jours où je pleure, où je n'en peux plus. Plus les jours passent et plus c'est dur mais je me dis qu'on est tous dans la même galère. Tous les jours je prévois de faire mes carreaux mais pour l'instant je n'ai pas eu de courage. On a la chance d'avoir du soleil ce qui égaye un peu. Vivement plus tard. »

Anonyme

### Le marque-page

Marque-pages réalisés par les équipes d'Agen et de Miramont-de-Guyenne.





## Atelier fraternel « Broderie Diamant »

### Équipe de Miramont-de-Guyenne

Isolé mais pas seul, telle pourrait-être la devise de notre équipe de Miramont-de-Guyenne, au sein de laquelle nombre de bénévoles ont choisi de combattre le fléau de l'isolement.

La crise sanitaire n'a rien arrangé, bien au contraire, ajoutant parfois pour ne pas dire souvent, l'isolement géographique à l'isolement moral, bien plus sournois celui-là. Ainsi avons-nous imaginé des gestes simples pour créer, puis maintenir un lien fort avec des personnes souvent seules qui pensaient que, jamais plus dans leur vie, quelqu'un viendrait s'intéresser à elles...

Les témoignages se limitent souvent à des sourires, que nous voyons illuminer les visages même sous le masque, ou encore à quelques phrases lancées autour de la table de papotage, qui montrent combien de simples actions peuvent changer la vie des plus faibles, isolés, et en grande précarité.

Quelques-uns nous ont tant réchauffé le cœur, que nous avons demandé à leurs auteurs de nous autoriser à les citer. Certains seront toutefois anonymes, la discrétion étant parfois de mise chez les plus fragiles.

#### Claudine :

« Jamais je n'aurais pu imaginer que l'expression tendre la main à quelqu'un prendrait un sens réel comme ici au Secours Catholique. Quand je viens à la table de papotage, j'ai souvent l'impression de ne parler que de moi, on me dit que non, mais surtout on m'écoute ! C'était ça l'isolement pour moi, rester enfermée chez moi... Seule. »

#### Irène :

« J'ai eu besoin des bénévoles de l'équipe pour me faire quelques courses durant le premier confinement et venir me les porter, la voisine qui s'en chargeait étant trop effrayée par la perspective de la COVID 19... Peu après, j'étais venue sans conviction, pensant déballer mes soucis face à des gens indifférents, ne prenant que des notes, comme les autres... Eh bien non ! J'ai été écoutée ! Et les services rendus sont allés bien au-delà de mes besoins ! Depuis, dès que je le peux, je viens discuter à la table de papotage. J'aide parfois aussi, je découpe des affichettes... Je ne reste plus isolée à ruminer entre quatre murs ! »

#### Philippe, responsable d'équipe :

« À mon sens, les ateliers conviviaux qui vont reprendre sous conditions et le groupe de parole sont de véritables tremplins pour lutter contre l'isolement, et permettre de maintenir un lien fraternel et essentiel entre l'équipe et les personnes fragilisées par les événements sanitaires répétés. »

#### Un couple de personnes sans domicile

(désireuses de ne pas divulguer leur nom) :

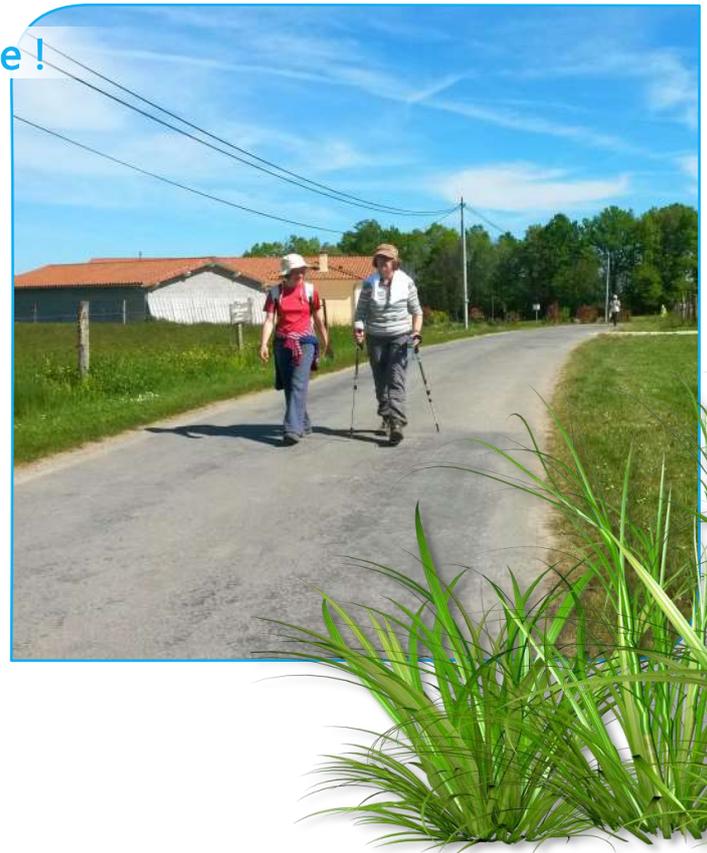
« Arrivés un vendredi devant la porte du Secours Catholique de Miramont, épuisés, sales et affamés, nous avons été reçus par des bénévoles tout sourire, qui devaient fermer la permanence du jour et ont fait du rab rien que pour nous. Nous avons compris que souvent on peut être isolé, même au milieu d'autres personnes, finalement isolement et indifférence vont de pair. Une collecte entre bénévoles, rien que pour nous, nous a permis de rejoindre un hébergement sur Bergerac. Notre premier coup de téléphone a été pour le responsable de l'équipe, pour remercier, et nous garderons à vie les bénévoles dans nos cœurs. »



## Marchons ensemble au Bugue !

### Équipe locale du Bugue

Il y a plusieurs façons de rompre l'isolement. Ce mois-ci, à l'antenne du Bugue, nous avons choisi d'accompagner une personne sortant de plusieurs mois d'hospitalisation et se retrouvant seule chez elle, livrée à elle-même et à ses noirs desseins. Un suivi téléphonique a été assuré lors de son séjour à l'hôpital puis, sachant que les médecins lui préconisaient de sortir et de marcher régulièrement, nous lui avons proposé de l'accompagner pour marcher ensemble, un peu chaque semaine. C'est ainsi que les liens se tissent peu à peu et que son isolement se délite. Nous sommes deux volontaires pour cet accompagnement et c'est un plaisir mutuel que nous recueillons. Chaque semaine, nous progressons ensemble vers un horizon plus clément.



## Tous confinés mais pas oubliés

### Équipe locale d'Eymet

Nos ateliers mensuels étant suspendus, nous avons instauré des visites à domicile, par équipes de deux. Notre souci est de nous rapprocher des personnes isolées par la maladie, le grand âge, les difficultés pour se déplacer.

Bernadette est native d'Eymet et connaît tout un réseau de personnes, que ce soit en ville ou à la campagne. Avec elle, nous avons établi une liste de personnes seules pouvant souffrir de leur isolement.

Et c'est ainsi qu'après un appel téléphonique et une prise de rendez-vous, nous effectuons nos visites. Moments chaleureux d'écoute, d'échange de souvenirs, de nouvelles, moments très appréciés de nos hôtes.

Soucieuses des difficultés que rencontrent certaines personnes dans leur situation – difficultés que l'on peut évoquer au sein de notre groupe auprès de membres ayant davantage d'expérience (de l'accompagnement) – nous avons le souci de poursuivre notre engagement par des visites renouvelées.

Indépendamment de notre mission au nom du Secours Catholique, chacun de nous a le souci de prendre soin des autres dans sa « sphère »...

Nous espérons maintenir notre atelier du **17 juin** : une promenade botanique dans la bastide.

## L'équipe locale de Tonneins dans la peine

### Hommage à Dina Géraud

L'équipe de Tonneins du Secours Catholique vient de perdre, avec une immense tristesse, l'un de ses soutiens essentiels : Dina Géraud.

Dina a été, durant 31 ans, une infatigable et dévouée bénévole, s'engageant inlassablement dans les initiatives

les plus diverses au service des plus démunis. Elle demeure,

pour tous les bénévoles, un exemple de dévouement, de générosité et d'humanité, et continuera d'inspirer leurs actions.



## Animation pour une relecture en équipe

de ce que nous avons vécu pendant la période COVID : confinement, isolement, inquiétude...

Ce temps de confinement peut être assimilé selon chacun, à une traversée, un exil, un désert, une occasion de faire silence, de prendre le temps ou de faire le point sur sa vie.

### Objectifs

- Relire en groupe une période de confinement, un temps d'isolement vécu personnellement ou non.
- Mettre en mots, formuler ce qui a été vécu durant cette période. Partager avec d'autres.

### Déroulement

#### 1<sup>re</sup> étape : Moi, tout seul (10 min.)

##### Je fais mémoire de cette période inédite.

- Quels sentiments m'ont animé pendant ces derniers mois : émotions, angoisse, isolement, épuisement, enfermement ou tranquillité, paix, gratitude, fraternité...
- Qu'ai-je ressenti ?
- Quels aspects du confinement m'ont marqué, surpris ?
- Je fais défiler les souvenirs de cette période. Si je peux les noter au fur et à mesure. Si je peux noter les actions réalisées ou échouées. Je prends le temps de poser des mots, d'exprimer ce qui a été difficile.

##### Qu'est-ce qui m'a aidé à tenir ?

- Sur quoi, sur qui je me suis appuyé pour parler, pour relativiser, pour positiver ? Où ai-je trouvé du soutien ?
- Qu'est-ce qui s'est révélé de façon heureuse ou plus douloureuse ?
- Comment mes engagements ont-ils été questionnés ?
- Ai-je été conforté dans mes choix ?
- Qu'est-ce que cela a changé dans ma relation à moi-même, aux autres, ... à Dieu ?

##### Et maintenant, quel avenir je souhaite ?

- Qu'est-ce que je vais faire en priorité dans les semaines à venir ?
- Qu'est-ce qui m'a manqué le plus et que j'ai retrouvé ou que je vais retrouver avec la plus grande joie ?
- Au contraire, qu'est-ce que je faisais avant et que je n'ai pas envie de recommencer ?

Pour aller plus loin :

- Dans quelle direction suis-je tenté d'avancer (ou ne pas avancer) ?
- Vers où me porte mon espérance ?

### Solitude

La solitude c'est  
N'avoir aucune raison de se lever  
Attendre sans espérer  
N'avoir personne pour parler.

La solitude c'est  
Le vide  
Le silence  
La rumination  
L'attente vaine  
Une petite mort.

La solitude c'est  
L'enfant privé de ses copains  
L'étudiant face à son ordi  
Le chômeur oublié de la société  
Les Aîeux abandonnés  
Dans les Ehpad  
Le malade qui meurt seul.

Et pourtant il suffirait  
De frapper à une porte  
De décrocher son téléphone  
De se saisir de son stylo  
D'un sourire  
D'un bonjour  
D'une main tendue...

Et si on essayait chacun de son côté ?



#### 2<sup>e</sup> étape : Partage (25 min.)

- Chacun s'exprime et partage ce qu'il souhaite.
- Point d'attention sur les échanges et l'écoute.
- Ne pas interrompre celui qui parle, ne pas être dans le jugement : simplement accueillir ce qui se dit.
- Limiter le temps de parole à 5 min max de façon à ce que chacun puisse s'exprimer.

#### 3<sup>e</sup> étape : Pouvoir dire « nous » (25 min.)

- À partir de ce qui a été dit, chacun réagit.
- On peut trouver des points communs, des situations comparables mais il peut y avoir aussi des contradictions, des divergences.
- « Dans ce qui a été dit, y a-t-il des choses qui me rejoignent, m'interpellent ou au contraire que je ne partage pas. »
- Sur le plan collectif, que pouvons-nous retirer de notre échange ?

Remercier chacune des personnes présentes pour ce partage, cette relecture.

## Concours de Pétanque de la Délégation Périgord Agenais

### La journée du mercredi 18 août

Le groupe du Fraternibus de Saint-Aulaye, nouvellement nommé « Les Amis du four à pain », vous propose un concours de Pétanque de délégation !

L'objectif : passer un moment convivial avec les personnes que vous rencontrez dans le cadre de vos actions et faire connaissance avec d'autres !

Pour participer, vous pouvez vous inscrire (en équipe ou en individuel) jusqu'au **14 juillet** auprès de **Maimyti** au :

**07 57 45 38 82**

Le lieu sera communiqué ultérieurement et choisi en fonction du nombre d'inscrits et de leur provenance. Des co-voiturages pourront être organisés.



© SCCF / SEBASTIEN LE CLEZIO

**N'hésitez pas, inscrivez-vous !**



### Bienvenue à Maimyti !

En service civique au sein de la Délégation sur la mission d'accompagnement de l'équipe mobile « Fraternibus » durant 8 mois, d'avril à décembre !



### Ils prennent de nouvelles responsabilités :



Marie Durand

et

Monique Van de Zande-Lucas,

co-responsables de l'équipe locale de Bergerac (24)



Didier Trouillet, responsable de l'équipe locale de St Astier (24)

### Le Gâteau au chocolat de Cédric

Pour 6 personnes

- 125 g de chocolat noir
- 125 g de sucre
- 100 g de beurre demi-sel
- 100 g de farine
- 1 œuf

- 1 Faire fondre le chocolat et le beurre à feu doux.
- 2 Ajouter le sucre sur le feu. Sortir du feu.
- 3 Ajouter la farine, puis l'œuf.
- 4 Faire cuire dans un plat en grès à 170°C pendant 15-17 minutes (jusqu'à ce qu'une très légère croûte se forme).

### À vos plumes...

*Caritas* Le prochain **CARITAS** aura pour thème « La Campagne de Fin d'Année 2021 » N'hésitez pas à nous transmettre des articles à ce sujet afin de partager vos expériences !

**8 juin** Rencontre des responsables et trésoriers d'équipes locales de Lot-et-Garonne

**15 juin** Conseil d'Animation à Bergerac

**18 juin** Formation « Et si on agissait près de chez nous pour que les choses changent ? »

**23 et 24 juin** Séminaire Bureau - Salariés - Bénévoles en animation

à Castillonnès

**28 juin** Journée « Être acteur au SCCF » à Clairac

**16 septembre** Journée « Être acteur au SCCF » avec les équipes locales d'Agen

