

## INFORMATION

Coronavirus : depuis le confinement, la qualité de l'air s'améliore en Ile-de-France ! (et partout dans le monde où le confinement est de rigueur).

Une première depuis quarante ans. La mesure de confinement prise par le gouvernement, la semaine dernière, aura au moins pour effet positif de réduire la pollution de l'air, notamment en région parisienne. C'est en tout cas ce que révèle un premier bilan d'Airparif, publié ce mercredi 25 mars. Sur la semaine du 16 au 20 mars, comparé à d'autres mois de mars, l'association de surveillance de la qualité de l'air en Île-de-France a relevé « une amélioration de la qualité de l'air de l'ordre de 20 à 30% dans l'agglomération parisienne, consécutive à une baisse des émissions de plus de 60% pour les oxydes d'azote », selon un communiqué. « Malgré une augmentation du chauffage résidentiel, cette baisse est liée en grande partie à la forte diminution du trafic routier et aérien. Le long des axes de circulation, cet impact peut être encore plus important », souligne l'association.

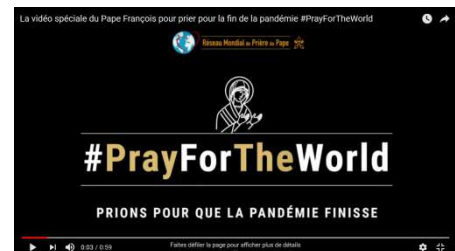
Message du Pape François

<https://www.youtube.com/watch?v=ypYtVnloenU&feature=youtu.be>

## MEDITATION

**Evangile de Jean 11, 1-44.**

Lazare, le frère de Marthe et Marie, était tombé malade.  
Ses sœurs envoyèrent quelqu'un dire à Jésus: "Seigneur, celui que tu aimes est malade."  
Quand Jésus arriva au village de Béthanie, Lazare était au tombeau depuis quatre jours déjà.  
Marthe dit à Jésus: "Seigneur, si tu avais été là, mon frère ne serait pas mort.  
Mais je sais que maintenant encore, Dieu t'accordera tout ce que tu lui demanderas."  
Jésus lui dit: "Moi, je suis la résurrection et la vie.  
Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra. Crois-tu cela Marthe?"  
Marthe répondit: "Oui, je le crois."  
Marie et quelques juifs s'approchèrent en pleurant.  
Quand il vit qu'ils pleuraient, Jésus fut bouleversé d'une émotion profonde. Il pleura...  
Ils se rendirent alors au tombeau et Jésus demanda d'enlever la pierre qui le fermait.  
Puis, il leva les yeux au ciel et dit:  
"Père, je te rends grâce parce que tu m'as exaucé."  
Après cela, il cria d'une voix forte: "Lazare, viens dehors!"  
Et le mort sortit.



## DESSIN



## PISTE DE REFLEXION

(...) Mais, **il a fallu délier Lazare, pour un laisser-aller**. Cette phrase prise sous l'angle symbolique, peut résumer à elle seule le projet de Dieu (par Jésus-Christ) pour nous.

Nous avons tous besoin **d'être délier de nos peurs, de nos angoisses, de nos égoïsmes, de nos ambitions, de nos lâchetés, de nos incohérences**. Croire que l'on peut **s'en sortir seul est une utopie redoutable**. Nous avons besoin d'une aide extérieure, indépendante de l'humain. Tout comme pour Lazare, le Christ a le projet de nous porter à la vraie vie, en nous déliant de nos chaînes. Comme le précisera l'apôtre Paul : « **Être affranchi de la servitude de la corruption, pour avoir part à la glorieuse liberté des enfants de Dieu.** » Romains 8 :21 (...)« **Je connais les projets que j'ai formés sur vous, dit l'Éternel, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir et de l'espérance... Vous me cherchez et vous me trouverez, si vous me cherchez de tout votre cœur** » Jérémie 29 : 11, 13

**Tant que nous en avons l'opportunité, allons, comme Marthe, à la rencontre du Seigneur...**

Extrait d'une réflexion Jacques Eychenne, site Chrétien en marche

Dans notre vie, comment pouvons-nous nous « délier », nous défaire de nos mauvaises habitudes ?

Sommes-nous prêts à aller vers l'autre ?

En ces temps de confinement, des plateformes proposent de faire preuve de solidarité. Sommes-nous prêts à proposer de la fraternité autour de nous ?

## ECHANGE

Croyant ou non croyant nous vous proposons un petit exercice spirituel pendant ce temps de confinement et à prolonger si vous le souhaitez !

**L'objectif ?** S'accorder quelques minutes le soir pour faire un bilan de sa journée.

**Pourquoi ?** Prendre conscience de ce que je vis au quotidien et m'accorder un temps juste pour moi.

**Comment ?** Se demander ce que l'on a aimé ou moins aimé de sa journée : ses devoirs, ses repas, son entourage,...

Noter tout ce qui a été beau dans ma journée.

Et surtout... **Qu'est-ce que l'on a ressenti dans cette journée** (de la joie, de la paix, de la tristesse, de l'espoir, ... face à différentes situations, différentes personnes, face à soi, ...)

Vous êtes croyant ?

Et bien, le pape François s'est rendu, en visite privée, au lycée romain Pilo Albertelli dans la matinée du vendredi 20 décembre 2019 et leur a donné ce conseil !

## ACTIVITE FAMILIALE

Faire des activités manuelles

Nous vous proposons également de réaliser des **lunettes 3B** pour nous aider à voir ce qui est **Bon, Bien et Beau** dans notre vie bousculée par le confinement, par l'inquiétude que nous pouvons avoir pour nos proches... En portant ces lunettes, ce sera sûrement plus facile !

*Voir doc en pièce jointe*

Et pour ne pas oublier ce que vous avez vu, vous pouvez réaliser une **boîte à merveilles** :

Prends une boîte à chaussure (ou en carton),

Ouvre-la et colle à l'intérieur un beau papier de couleur, papier cadeau, papier peint ou dessins que tu auras fait. Fais la même chose avec le couvercle et l'extérieur de ta boîte.

Installe un bloc note (ou post-it) et des crayons à côté.

Cette boîte servira à toute la famille pour y mettre, chaque jour ce que nous aurons vu avec nos lunettes 3B dans la journée !

Dans quelques semaines quand la vie reprendra son rythme de rencontres avec les autres, vous pourrez relire ces joies et merveilles vécues ensemble... Et nous pourrons nous poser cette question : « Comment Dieu était-il présent à nos côtés ? »

Nous devons redécouvrir le caractère concret des petites choses, des petites attentions à avoir envers nos proches, nos parents, nos amis. Et comprendre que dans ces petites choses, il y a notre trésor.

Pape François

## HUMOUR !

<https://www.youtube.com/watch?v=m0pizrXEmYg>

Très bon confinement à tous et surtout n'oubliez pas le plus important... Prenez bien soin de vous !