



Semaine nationale des soins de santé catholiques

Réflexions et prières quotidiennes

La Semaine nationale des soins de santé catholiques (du dimanche 2 février au samedi 8 février 2025) reconnaît la mission des organismes de soins de santé catholiques à travers le Canada.

Cette année, nous nous concentrons sur le thème « Prendre soin de notre maison commune », qui célèbre l'interconnexion de toute la création et nous aide à examiner comment nos actions individuelles et collectives et nos systèmes – sanitaires, sociaux, économiques – peuvent promouvoir un monde sain où tous peuvent s'épanouir. Il nous rappelle que la protection de la nature fait partie intégrante de notre mission de santé catholique et qu'elle est essentielle au développement de la capacité à vivre ensemble dans l'harmonie et la compassion.

En poursuivant le ministère de guérison de Jésus avec espoir pour ceux que nous accompagnons aujourd'hui et pour les générations à venir, nous pouvons être inspirés à plus d'appréciation, de créativité, d'enthousiasme et de détermination pour prendre soin de notre maison commune.

Comme jamais auparavant dans l'histoire, le destin commun nous invite à prendre un nouveau départ.

Chacun partage la responsabilité du bien-être présent et futur de la famille humaine et de l'ensemble du monde vivant. L'esprit de solidarité humaine et de parenté avec toute vie est renforcé lorsque nous vivons dans le respect du mystère de l'être, la gratitude pour le don de la vie et l'humilité quant à la place de l'homme dans la nature.

Charte de la Terre
(La Haye, Pays-Bas, juin 2000)

J'invite chacun à un espoir renouvelé, car l'espoir « nous parle de quelque chose de profondément enraciné dans chaque cœur humain, indépendamment de nos circonstances et de notre conditionnement historique.

L'espoir nous parle d'une soif, d'une aspiration, d'un désir de vie épanouie, d'un désir d'accomplir de grandes choses, des choses qui remplissent notre cœur et élèvent notre esprit vers des réalités élevées comme la vérité, la bonté et la beauté, la justice et l'amour... L'espoir est audacieux; il peut regarder au-delà des convenances personnelles, des petites sécurités et compensations qui limitent notre horizon, et il peut nous ouvrir à de grands idéaux qui rendent la vie plus belle et plus digne d'être vécue ».

Continuons donc à avancer sur les chemins de l'espoir.

Pape François
Fratelli Tutti (octobre 2020)

Pour plus de renseignements et de ressources pour passer à l'action :

[Plateforme d'action Laudato Si'](#)
[Coalition canadienne pour un système de santé écologique](#)



Semaine nationale des soins de santé catholiques

Lundi 3 février

Prendre soin de notre maison commune : la Terre

En soignant la terre, nous nous soignons nous-mêmes.

David Orr

« Tout est lié. » Cette idée, sous diverses formes, apparaît au moins dix fois dans la lettre encyclique *Laudato Si'* (2015) du pape François. Cette semaine, alors que nous réfléchissons à notre vocation de prendre soin de notre maison commune, nous reconnaissons les liens profonds qui existent entre nous et la terre que nous appelons notre maison, et entre l'environnement naturel et notre propre bien-être et but.

Nous sommes invités à vivre chaque jour en unité avec la belle création de Dieu et notre Terre mère :

« La terre est notre origine et notre destination. Les rythmes anciens de la terre se sont insinués dans les rythmes du cœur humain. La terre n'est pas à l'extérieur de nous, elle est à l'intérieur : c'est l'argile à partir de laquelle l'arbre du corps grandit. Lorsque nous sortons de nos bureaux, de nos chambres et de nos maisons, nous entrons dans notre élément naturel. Nous sommes des enfants de la terre : des personnes pour qui la nature est une maison. Rien ne peut nous séparer de la vigueur et de la vivacité de cet héritage. En contraste avec nos vies frénétiques et saturées, la terre offre un calme apaisant. Dans la nature, le mouvement et la croissance prennent du temps. La patience de la nature jouit de la facilité de la confiance et de l'espoir. Il y a quelque chose dans notre nature d'argile qui a besoin de faire continuellement l'expérience de cette facilité ancienne et extérieure du monde. Cela nous aide à nous rappeler qui nous sommes et pourquoi nous sommes ici ». (John O'Donohue, *Beauty: The Invisible Embrace*)

Poursuite de l'exploration et de l'action :

1. Trouvez votre autorité locale de conservation et explorez les possibilités de bénévolat ou de participation aux efforts de conservation de la nature (voir [Conservation de la nature Canada](#)).
2. Recherchez une initiative locale de plantation d'arbres ou de reverdissement dans votre communauté. Vérifiez s'il existe des terrains publics ou privés où vous pourriez ajouter de la végétation locale.
3. Faites de chaque jour le Jour de la Terre. Visitez les nombreuses ressources du site jourdelaterre.org/qc.

Prière pour la Terre

Créateur,

Tu nous as confié cette terre, une maison commune à partager dans le respect de tous ceux que tu as créés. Aide-nous à en prendre soin, ainsi que de tous les êtres humains, afin que nous puissions vivre en bonne relation...

avec toi,
avec nous-mêmes,
les uns avec les autres,
et avec la création.

Amen



Semaine nationale des soins de santé catholiques

Mardi 4 février

Prendre soin de notre maison commune : l'air et l'eau

*Tout ce dont j'ai vraiment besoin, c'est d'une chanson dans mon cœur | Et j'ai besoin d'eau propre pour boire |
Et j'ai besoin d'air pur pour respirer | Pour que je puisse grandir fort | Prendre ma place là où elle est.*

Raffi, All I really Need

L'interaction magnifique de l'air que nous respirons, de l'eau que nous buvons et de la terre sur laquelle nous vivons donne vie à toutes les choses. Notre corps est composé d'environ 60 % d'eau. Nous respirons environ 22 000 fois par jour, en absorbant environ 16 kg d'air. La pureté de l'air et de l'eau a un impact sur notre santé et notre bien-être au quotidien et constitue le fondement même de notre capacité à survivre et à nous épanouir en tant qu'êtres humains et en tant que communautés. Ces dons de la création sont un héritage que nous tenons entre nos mains pour aujourd'hui et pour l'avenir.

« L'eau est considérée comme sacrée dans de nombreuses communautés et cultures autochtones du monde entier. Pour ces communautés, l'eau est plus qu'une simple ressource, c'est un mode de vie et un aspect crucial de leur identité culturelle. Depuis des générations, les peuples autochtones dépendent de l'eau pour leur subsistance, leurs pratiques spirituelles et leurs connaissances traditionnelles. Ils ont une profonde compréhension de l'interconnexion entre l'eau, la terre et tous les êtres vivants. Dans de nombreuses cultures autochtones, l'eau est considérée comme une entité vivante dotée d'un esprit propre, et l'on estime que l'homme a la responsabilité de la protéger et d'en prendre soin. Pour les peuples autochtones, l'eau n'est pas seulement une marchandise, mais une langue, une communauté et une source de connaissances et de droit ». (Association des femmes autochtones du Canada)

Poursuite de l'exploration et de l'action :

1. Envisagez de lancer une initiative de [trottibus](#) dans votre communauté locale afin de promouvoir l'activité physique, de réduire les émissions et de renforcer le tissu social!
2. Familiarisez-vous avec les efforts déployés par [Canards Illimités Canada](#) pour préserver nos milieux humides et trouver des moyens de les aider.

Prière pour les éléments vivifiants

Dieu éternel,
dont l'Esprit s'est répandu sur la surface de l'abîme, faisant jaillir la lumière et la vie;
par ce même Esprit, renouvelle ta création et restaure ton image dans ton peuple.

Fais de nous des intendants fidèles plutôt que des locataires insouciants,
afin que ta triple bénédiction d'un air pur, d'une eau pure et d'une terre riche
soit l'héritage de tout ce qui a le souffle de vie
et qu'une génération puisse proclamer à une autre la merveille de ta création.

Amen

Révèrend Libby Lane, évêque anglican de Derby



Semaine nationale des soins de santé catholiques

Mercredi 5 février

Prendre soin de notre maison commune : l'alimentation

Une bonne alimentation est source de santé dans tous les domaines de notre existence. Toutes les parties sont interconnectées.

D^r T Colin Campbell

L'alimentation est plus qu'un simple moyen de subsistance. C'est une expression profonde du soin, de la culture et de la communauté. Chaque plat préparé raconte une histoire sur les traditions, les saveurs et les ingrédients, tous imprégnés d'un héritage personnel. Partager un repas avec des amis ou la famille est un acte d'hospitalité qui nous permet de nouer des liens et de construire des relations. C'est par l'acte communautaire de manger, de partager des plats et d'échanger des histoires que des liens d'amour se forment. La nourriture témoigne également du soin et de l'amour investis dans sa préparation – des mains qui prennent soin du sol et récoltent les cultures à celles qui transforment ces ingrédients en repas nourrissants. Des systèmes alimentaires plus forts et plus résistants sont synonymes d'un climat plus résistant, d'une population en meilleure santé et d'une vie meilleure pour tous.

« Nos modes de vie et nos pratiques de consommation quotidienne influencent la dynamique mondiale et environnementale, mais si nous voulons faire une réelle différence, nous devons encourager les producteurs et les consommateurs à faire des choix éthiques et durables et sensibiliser les jeunes générations au rôle important qu'elles jouent pour faire d'un monde sans faim une réalité. Chacun d'entre nous peut jouer son rôle dans cette noble cause, en commençant par notre vie quotidienne et les gestes les plus simples. Connaître notre maison commune, la protéger et être conscient de son importance est le premier pas pour être des intendants et des promoteurs de l'environnement ». (Pape François, Journée mondiale de l'alimentation 2021)

Poursuite de l'exploration et de l'action :

1. Renseignez-vous sur les efforts déployés par les [hôpitaux de la ville de New York](#) pour adopter des régimes alimentaires à base de plantes, et pour créer un [livret de recettes](#) distribué aux patients qui sortent de l'hôpital. Ces mesures ont permis de réduire de 36 % les émissions de gaz à effet de serre liées à l'alimentation et d'économiser en moyenne 59 cents par repas.
2. Joignez-vous à de nombreux autres instituts de soins de santé et envisagez de soutenir votre lieu de travail en prenant [l'engagement Coolfood](#) pour promouvoir des repas respectueux du climat.
3. Élaborez des politiques et des programmes qui sollicitent la participation des résidents et des bénévoles dans la culture d'herbes et de légumes, comme c'est le cas dans cet [exemple](#) canadien.

Prière pour se nourrir

Dieu d'amour,

Bénis les potagers du monde, le sol, la pluie et le soleil, et le travail de tous ceux qui sèment et récoltent. Donne-nous des récoltes abondantes et apprends-nous à les partager avec justice. Dieu de grâce, bénis les potagers de notre communauté, l'abri des familles, le parfum de l'amitié. Ouvre nos yeux et nos cœurs à ceux qui ont faim de corps et d'esprit dans nos communautés. Apprends-nous à vivre et à agir avec intention et à manger plus simplement, afin qu'il y ait plus à partager. Dans tous les soins que nous nous apportons les uns aux autres, fais-nous grandir en sagesse et en amour, en douceur, en bonté et en vérité. Amen.

(Adapté de [Prières sur le thème du potager](#) et [Prières sur le thème de la nourriture](#))



Semaine nationale des soins de santé catholiques

Jeudi 6 février

Prendre soin de notre maison commune : la nature

Regardez profondément dans la nature et vous comprendrez tout beaucoup mieux. Albert Einstein

Le pouvoir de guérison de la nature est quelque chose que nous comprenons instinctivement. Dans de nombreuses cultures autochtones, la nature est considérée comme une entité vivante, où une relation spirituelle et profonde avec la nature est encouragée dans un esprit de respect et de réciprocité, d'échange et de soin. La nature est remplie de mots d'amour, dit le pape François dans *Laudato Si'*, qui nous ouvrent à la beauté, à l'harmonie et à la fraternité. Passer du temps avec la nature nous centre dans notre relation avec tous les êtres vivants et nous connecte à une abondance de cadeaux qui favorisent la santé et la plénitude – du corps, de l'esprit et de l'âme.

Il a été démontré que les interactions quotidiennes avec la nature sont bénéfiques pour la santé cardiaque et contribuent à réduire l'anxiété et la dépression. Les habitants des villes dotées de nombreux espaces verts sont plus susceptibles de déclarer qu'ils ont plus d'énergie, qu'ils sont en bonne santé et qu'ils se sentent utiles. Selon une étude réalisée en 2015, le fait de contempler une chute d'eau ou un paysage vallonné peut susciter un sentiment d'émerveillement qui se traduit par un certain nombre de bienfaits pour la santé, notamment une diminution des niveaux d'inflammation. Les personnes qui ont passé 60 secondes à regarder des arbres imposants étaient également plus susceptibles de déclarer avoir éprouvé un sentiment d'émerveillement, après quoi elles étaient plus enclines à aider une personne qu'elles ne connaissaient pas. Selon le chercheur Paul Piff, « les expériences d'émerveillement permettent aux gens de s'identifier à des choses plus grandes qu'eux. Elles amènent les individus à se sentir moins privilégiés, moins égoïstes, et à se comporter de manière plus généreuse et plus aidante. » ([The Healing Power of Nature](#) [Le pouvoir guérisseur de la nature]), TIME Magazine 2016).

Poursuite de l'exploration et de l'action :

1. Découvrez la [médecine traditionnelle autochtone et la guérison par la terre](#), le [mouvement des petites forêts](#) ou le [Shinrin-yoku](#), la pratique japonaise des bains de forêt.
2. Organisez un événement sur les soins de santé en forêt pour votre personnel et vos partenaires communautaires en utilisant les [ressources](#) disponibles auprès de la Coalition canadienne pour un système de santé écologique.

Prière pour la nature

Dieu créateur,

Merci pour la richesse et la beauté de la nature. Puisseons-nous agir avec intention chaque jour, en traitant avec soin, amour, respect et gratitude les dons de la nature en tant que médecine curative pour le corps, l'esprit et l'âme. Accorde-nous la présence attentive nécessaire pour approfondir intentionnellement nos liens avec tout ce que tu as créé –

en marchant pieds nus sur une plage de sable, en jouant sous la pluie, en levant le visage vers le ciel bleu;
en plongeant nos mains dans le sol, en plantant une graine, en créant de l'espace pour toutes tes créatures;
en apprenant à nos enfants à embrasser et à se réjouir de la nature sauvage et de l'émerveillement.

Guéris-nous et restaure-nous alors que nous vivons et marchons dans la grâce et l'harmonie avec toutes choses.
Amen



Semaine nationale des soins de santé catholiques

Vendredi 7 février

Prendre soin de notre maison commune : vivre vert

Un avenir dynamique, équitable et régénérateur est possible – non pas lorsque des milliers de personnes militent parfaitement pour la justice climatique, mais lorsque des millions de personnes font de leur mieux.

Xiye Bastida Patrick

Intégrer intentionnellement des pratiques écologiques dans votre vie quotidienne est le premier pas vers la construction d'un avenir plus vert pour tous. Le changement que vous souhaitez voir s'opérer commence par vous! Mais il exige que nous allions au-delà de notre acceptation du consumérisme conventionnel et que nous embrassions nos identités complexes de citoyens, d'électeurs, d'employés, de dirigeants, de voisins et de membres de la communauté qui ont la responsabilité de prendre soin les uns des autres, de la création et des générations futures. Un véritable changement nécessite une évolution de notre état d'esprit collectif.

Le pape François nous encourage à accueillir ce changement comme une expression d'amour, débordant de petits gestes d'attention mutuelle qui visent à construire un monde meilleur. « Sainte Thérèse de Lisieux nous invite à pratiquer la petite voie de l'amour, à ne pas manquer un mot gentil, un sourire ou tout autre petit geste qui sème la paix et l'amitié. L'écologie intégrale est aussi faite de gestes quotidiens simples qui rompent avec la logique de la violence, de l'exploitation et de l'égoïsme. Nous pouvons amplifier notre impact en soutenant les entreprises locales, en nous engageant dans des initiatives communautaires et en veillant à ce que nos choix tiennent compte de leur empreinte écologique ». (Pape François, *Laudato Si*). Qu'il s'agisse de la façon dont nous gérons l'utilisation des services publics et des déchets dans nos maisons, de la façon dont nous choisissons de nous déplacer dans nos villes ou des marques de produits alimentaires et de vêtements que nous soutenons avec notre argent, chaque choix compte.

Poursuite de l'exploration et de l'action :

1. Envisagez d'organiser un événement de « [troc de vêtements](#) » ou un [atelier de réparation](#) à votre lieu de travail, dans votre quartier ou dans votre paroisse.
2. Envisagez de coordonner une [bibliothèque d'outils](#) dans votre paroisse ou votre quartier afin de partager les ressources et de réduire au maximum les déchets. Partagez des articles tels que des perceuses électriques ou des outils, des tondeuses à gazon, des pelles, des moules à pâtisserie, des casse-têtes, des sièges de voiture, des jouets, des vélos ou même des chaussures, réduisant ainsi la demande de nouveaux produits.

Prière pour le changement

Dieu créateur,

Nous pouvons choisir de vivre différemment! Inspire-nous dans nos choix afin que nous reconnaissions l'impact de nos vies sur notre environnement et notre famille humaine dans le monde entier. Encourage-nous à être des personnes d'espoir en regardant vers l'avenir avec foi, sachant que nous pouvons construire un monde de justice et de paix. Aide-nous à choisir chaque jour de vivre d'une manière qui crée un monde meilleur pour tous et aide-nous à savoir que nos actions individuelles sont faites en solidarité avec nos sœurs et nos frères. Tu nous invites à vivre simplement, à vivre de manière durable et à vivre en solidarité avec les pauvres. Aide-nous à répondre à cette invitation avec conviction et générosité. Avec ta grâce et tes conseils, aide-nous à nous réapproprier l'avenir. Amen

(Adapté de la [Prière pour la durabilité de notre Terre](#), CHAUSA)



Semaine nationale des soins de santé catholiques

Ressources supplémentaires

Analyse de rentabilité des services alimentaires

Cette [analyse de rentabilité et ce guide de mise en œuvre](#) de la [Coalition canadienne pour un système de santé écologique](#) expliquent pourquoi les établissements de soins de santé doivent donner la priorité à la transformation de leurs services alimentaires et comment ils peuvent mettre en œuvre un modèle de service alimentaire durable :

- en traitant l'alimentation comme un médicament
- en réduisant le gaspillage alimentaire
- en mettant en place des menus à base de plantes,
- en adoptant un système d'approvisionnement en denrées alimentaires fondé sur des valeurs.

Mouvement Laudato Si Canada

Le [Mouvement Laudato Si'](#) est une coalition de plus de 650 organisations membres catholiques qui se consacrent à transformer la lettre encyclique Laudato Si' du pape François en action pour la justice climatique. MLSM Canada est hébergé par l'organisation caritative canadienne interconfessionnelle Faith & the Common Good et cherche à susciter, inspirer et développer une communauté de personnes et d'institutions qui s'engagent sur la voie d'une conversion écologique intégrale et qui agissent courageusement pour prendre soin de notre maison commune.

Foi pour la Terre

Les [rapports de réalisation de Foi pour la Terre](#), produits chaque année par le [Programme des Nations Unies pour l'environnement](#), mettent en lumière les réalisations de l'initiative « Foi pour la Terre » et les progrès accomplis dans la réalisation de ses trois objectifs primordiaux :

- renforcer le partenariat avec les dirigeants des organisations confessionnelles pour avoir un impact sur les politiques
- écologiser les investissements, les opérations et les actifs des organisations confessionnelles
- mettre en place un système de soutien accessible et basé sur les connaissances

Des objectifs scientifiques pour la foi

Le document d'orientation technique [Science-based Targets for Faith: Technical Guidance Document](#) élaboré par le [World Resources Institute](#) vise à fournir une norme mondiale aux organisations confessionnelles pour mesurer, gérer et déclarer leurs émissions de gaz à effet de serre (GES) en conformité avec l'Accord de Paris sur le climat, et à faire progresser les organisations confessionnelles en tant que leaders environnementaux de premier plan qui exploitent leurs actifs physiques d'une manière positive pour le climat.

Guide de prière pour la COP29

Le [guide de prière pour la COP29](#) est une ressource spirituelle dans la prière pour les dirigeants mondiaux qui se sont réunis à la 29e Conférence des Parties (COP29) pour deux semaines de négociations critiques sur le climat à Bakou, en Azerbaïdjan, en novembre 2024. Ce guide propose une réflexion approfondie sur les thèmes de la conférence à travers un prisme spirituel. Ce guide a été produit par les Jésuites pour la justice climatique.

Conférence des évêques catholiques du Canada

Dans le document [Ce que les chrétiennes et les chrétiens peuvent faire pour protéger l'environnement](#), la Conférence des évêques catholiques du Canada propose sept recommandations d'action, ainsi que des liens vers des ressources.