

**mars 2020**

Chers amis,

Dans le monde associatif, nous savons bien que l'être humain est fondamentalement un être sociable, qui a un besoin vital d'interagir avec ses semblables.

En ce moment où la meilleure des choses à faire par la majorité d'entre nous est de rester confiné chez soi, on va progressivement se rendre compte que l'indispensable privation de toutes ces interactions peut être dangereuse et traumatisante.

Avec les solidarités à distance, mises en place à notre niveau par la plupart d'entre nous, nous avons, pour pallier l'interdiction temporaire de tous les contacts qui étaient habituellement les nôtres, à combattre :

- la solitude, que nous interlocuteurs vont avoir de plus en plus à gérer,
- l'inquiétude de se sentir abandonné(e) qui pourrait se développer,
- le fait de croire que les mesures exceptionnelles de confinement sont à vivre comme une privation totale de liberté,
- l'angoisse grandissante de croire qu'on ne pourra désormais plus vivre que dans un monde hyper restreint.

Toutes ces craintes sont des plus légitimes.

Pensons à celles et ceux qui sont déjà seuls en temps ordinaire et qui, désormais, n'ont plus aucune compagnie. Pensons à celles et ceux qui sont en maison de retraite ou en Ehpad et qui ne peuvent plus rencontrer leurs proches. Pensons à celles et ceux qui, dans de telles situations, vont aussi vivre avec l'angoisse d'attraper la maladie.

Sans compter les familles et les couples qui vont devoir apprendre à gérer une proximité continue des plus inhabituelles ou, au contraire, qui vont devoir vivre à distance les uns des autres alors qu'ils étaient très unis, toujours les uns chez les autres.

La composante psychologique, massive dans de telles situations, rend encore plus indispensables les actions de solidarité à distance mises en place.

Sachons de ce fait bien être à l'écoute de nos interlocuteurs. Sachons aussi orienter nos échanges pour nous assurer que tous les risques évoqués ci-dessus soient bien combattus.

Et sachons surtout leur rappeler toute la pertinence de bien rester « protégé » à la maison. Oui, remplaçons peut-être le mot « confiné » par le mot « protégé ». Ces mesures de protection, indispensables dans le contexte actuel, seront peut-être ainsi moins traumatisantes.

Votre Président, Fred