



# VIVRE MIEUX ENSEMBLE

Prendre soin de notre santé commune  
et veiller sur la Création de Dieu.

## Enjeu écologique

« Protéger le monde qui nous entoure et nous contient, c'est prendre soin de nous-mêmes. »

**Fratelli tutti 17**

Protéger notre santé et celle de notre environnement, c'est protéger la vie. Prendre soin de mon corps, c'est avoir conscience de la merveille que je suis, aux yeux de Dieu.

« La Santé de l'homme est le reflet de la santé de la Terre. »  
(Héraclite)

Prendre soin passe aussi par le respect de nos rythmes biologiques, de ceux des hommes et femmes, et de ceux de la terre.

## Enjeu spirituel

Cultiver les liens à son environnement, aux autres, à Dieu et à soi-même permet plus de vie.

« Tout est lié, et la protection authentique de notre propre vie comme de nos relations avec la nature est inséparable de la fraternité, de la justice ainsi que de la fidélité aux autres. »

**Laudato Si' 70**

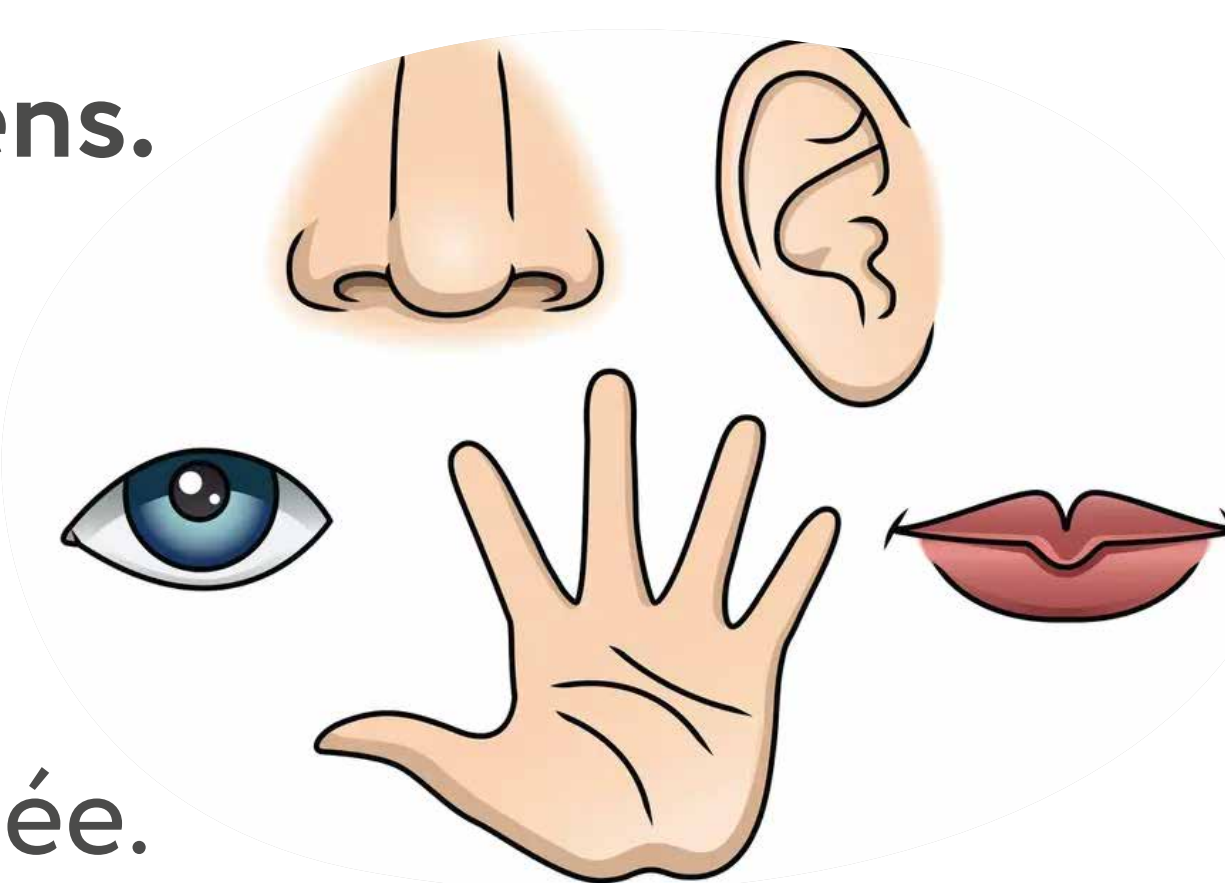
« Une année sabbatique fut (...) instituée pour Israël et sa terre, tous les sept ans, pendant laquelle un repos complet était accordé à la terre ; on ne semait pas, on moissonnait seulement ce qui était indispensable pour subsister et offrir l'hospitalité. »

**Laudato Si' 71 (cf. Lv25)**

## pour avancer

 Se laisser guider par nos sens.

- **Goûter** : un fruit cueilli sur l'arbre.
- **Sentir** : respirer l'air frais ou l'herbe fraîchement coupée.
- **Écouter** : le chant des oiseaux.
- **Regarder** : contempler la Création.
- **Toucher** : laisser son corps traduire ses émotions.



 Prendre le temps du **bénédicté** pour accueillir ce que nous mangeons comme un don de Dieu, « fruit de la terre et du travail des hommes ».

## Parole d'espérance

« Entendre chaque créature chanter l'hymne de son existence, c'est vivre joyeusement dans l'amour de Dieu et dans l'Espérance. » **Laudato Si' 85**

## Parole biblique

« Il y a un moment pour tout, et un temps pour chaque chose sous le ciel. » **(Qo 3,1)**



## UN MOT POUR LES ENFANTS

Cuisine en famille et mange avec tes 5 sens : regarde, touche, écoute, goûte, sens.

Ressources complémentaires :

