

Courrier des lecteurs

Les jeunes choisissent leur façon de manger

L'une de mes petites-filles annonce à la cantine de son école : «*Je suis végétarienne*», et elle choisit au self dans le menu végétarien. Conséquences en cascade, la mairie appelle les parents un peu surpris. Petite enquête des parents : «*Notre fille ne mange pas de viande chez vous ? — Oh mais si ! J'avais fait des hamburgers-maison, elle n'en a pas laissé une miette.*»

J'ai parlé un peu avec ma petite-fille : «*Je n'aime pas la viande de la cantine, il y a plein de sauce, je trouve que ce n'est pas bon. J'ai vu qu'au menu végétarien il y a toujours une variété de poissons et ça j'aime bien, alors j'ai dit que je suis végétarienne.*» J'éclate de rire, je peux continuer de leur préparer un hamburger ou du poulet rôti quand ils sont en vacances. Le mystère est résolu. Ses parents l'ont inscrite à la mairie sur la liste des végétariens et chaque jour elle choisit le poisson.

Bernadette,
d'Herlincourt

VENDREDI 22 AVRIL 2022 - JOURNÉE MONDIALE DE LA TERRE

La nature à notre secours

CREDIT ALEX CSIKI - PIXABAY



~ Un technicien effectue un raccordement sur une toiture équipée de panneaux solaires.

Avril, mois de l'élection présidentielle... Entre les deux tours, la Journée mondiale de la terre, nous rappelle les enjeux écologiques du réchauffement climatique et de ses conséquences auxquels sont sensibles de nombreux électeurs, en particulier les jeunes. Alors que l'ONU prévoit une forte croissance démographique (10 milliards d'habitants en 2050) et économique entraînant une hausse globale des niveaux de vie et des besoins en énergie, la question se pose : existe-t-il de nouvelles sources d'énergie ? A l'université de Los Angeles, des scientifiques ont réussi à stocker de l'énergie pendant plusieurs semaines au moyen de panneaux solaires organiques en s'inspirant du mécanisme de la photosynthèse. Ailleurs, à l'université de Berkeley, d'autres

chercheurs ont amené des bactéries à couvrir leur corps de nanocristaux et à utiliser ainsi l'énergie solaire comme des panneaux photovoltaïques pour produire de l'acide acétique, composant de base des carburants et des matières plastiques.

«*Même s'il est peu probable que nous soyons capables d'inventer avant longtemps un nouveau modèle énergétique, le biomimétisme aura certainement un rôle à jouer à l'avenir. Des tournesols, qui se tournent vers le soleil et le suivent, aux poissons bioluminescents, la nature s'est toujours révélée une source inépuisable d'inspiration pour trouver de nouvelles manières de créer, récupérer, stocker, transformer et transmettre l'énergie.**»

PATRICIA MEURISSE

*2050 La France sans carbone – Dominique Louis et Jean-Louis Ricaud, Éditions Fayard

LE SITE DU MOIS

www.lunettes-sans-frontiere.fr

par JEAN-PAUL CHAUDAUDRA



Lunettes sans frontière est une association créée en 1974 par un prêtre de retour du Burkina Faso. Quotidiennement ce sont près de 400 paires qui passent entre les mains des bénévoles de l'association qui vont jusqu'à noter la force (dioptries) des verres sur ceux-ci. Près de 80 000 paires sont envoyées chaque année dans une centaine de pays d'Afrique, d'Amérique du Sud et, depuis peu, d'Asie. Pour alléger la facture des colis qu'ils envoient ainsi que celle de particuliers qui retrouvent au fond d'un tiroir des paires de lunettes qui ne sont plus à leur vue, ils ne récoltent ni n'envoient plus d'étuis. «*Séparer les paires par du papier journal est suffisant*» affirment-ils.

Vous désirez devenir un «point-relais» de récolte auprès de proches, amis ou associations dont vous faites partie ? Ils ont prévu sur leur site des affichettes que l'on peut imprimer gratuitement. De plus il n'est pas utile d'envoyer les colis par recommandé. L'adresse postale de l'asso, bien sûr, est sur le site.

Économie sociale et solidaire : l'enjeu humain

Quand l'homme redevient le cœur du projet économique, le but n'est plus alors l'accumulation de richesses dans les mains de quelques-uns mais le partage équitable de ces richesses, données ou fruits du travail des hommes, pour que chacun puisse vivre dignement.

Ne nous trompons pas : si Dieu a fait de l'homme le sommet de l'œuvre de la Création, c'est pour qu'il poursuive son acte créateur. A leur manière, les hommes et les femmes engagés dans le village éco-solidaire de la Visitation à Saint-Martin-Boulogne, la structure d'insertion de l'abbaye de Belval à Troisvaux ou encore la cantine sociale et solidaire à Calais, l'ont bien compris.

DENIS PÉRARD



~ Le monastère de la Visitation connaît une reconversion ambitieuse.

LOÏC SARAZIN

Financer l'achat et la rénovation

Le prix d'achat est de 1,8 million d'euros. Mais, avec la rénovation du site, sa mise en sécurité et le coût de l'autonomie énergétique (panneaux solaires etc.) la facture atteindra 6 millions d'euros. Les aides de la communauté d'agglomération, du département et de l'Etat ne suffiront pas à combler les besoins financiers. A côté de la proposition d'actionnariat pour des entreprises et organismes, la SAS peut recevoir des dons de particuliers ; lesquels peuvent même devenir aussi « actionnaires » et donc un peu propriétaire d'un «bout» de ce village. Pour en savoir plus :

<https://www.village-visitation.fr>

Pour s'informer en vue d'un don ou d'un actionnariat : Tél. 07 67 62 61 68

J-P C

À NOTER

Du matériel au spirituel

La chapelle du couvent gardera toute sa place et son rôle spirituel : «Des hommes et des femmes animeront celle-ci et les deux maisons attenantes, en cultivant ainsi la mémoire chrétienne du lieu dans le respect des convictions de chacun» expriment les deux présidents.

A SAINT-MARTIN-BOULOGNE

Le monastère de la Visitation, futur village éco-solidaire

Les sœurs de la Visitation ont quitté leur monastère en 2011. Deux structures complémentaires ont été créées en vue d'acheter celui-ci et sont proches du but. L'une s'occupe du montage financier nécessaire à l'achat et la rénovation, l'autre est l'association qui organise ce qui sera la vie dans ce lieu. Les deux présidents de ces structures, Jérôme Chemiset, pour la SAS, société par actions simplifiée, et le diacre Loïc Sarazin pour l'association, ainsi que les bénévoles travaillant sur ce projet, ont pour but de faire du couvent un village éco-solidaire. Village, écologique, solidaire, ces trois mots à eux seuls définissent ce que sera le site.

Un village ce sont des habitants et des corps de métier. Dans le parc de 4 ha et l'ancien

potager il y aura place pour du maraîchage bio, de la permaculture, de l'apiculture, un éco-pâturage et production de fromage, mais aussi pour des formations en horticulture, sylviculture et entretien d'espaces verts. Des métiers d'artisanat s'installeront dans un des bâtiments. Qui dit village dit place du marché. La grande cour sera la place d'un «vrai» village, avec ses commerces.

Mais n'allons pas croire que ce village prévoit de vivre en autarcie, entre privilégiés. Le mot solidaire prend tout son sens quand on sait que, poumon vert au cœur d'un centre-ville, le parc sera ouvert aux habitants des quartiers voisins. Des salles de séminaires, conférences, réunions et spectacle sont prévues pour des associations et entreprises demandeuses d'accueil. Accueil et solidarité aussi et, pourrait-on dire surtout, pour des jeunes travailleurs, des étudiants en quête de logement proche de leurs lieux d'étude, pour des personnes porteuses d'un handicap ou socialement fragilisées. Visiteurs ou pèlerins y trouveront aussi l'hospitalité. Un autre projet qui prend forme : un «multi-accueil» qui soit crèche et garderie participative pour des enfants des environs, de 2 ans et demi à 4 ans.

Le village éco-solidaire de la Visitation : un projet visionnaire mais non utopique, porté par des personnes passionnées, inspirées par l'encyclique *Laudato Si'* du pape François.

JEAN-PAUL CHAVALDRA

FABRICATION ARTISANALE DE CHARCUTERIES POLONAISES



BOUCHERIES - CHARCUTERIES
edouard Eaj

Sur votre marché tous les matins de 8h à 12h30

le mardi : Hénin Beaumont - Lens - Oignies
le mercredi : Noyelles s/Lens - Wingles - Liévin - Sains en Gohelle
le jeudi : Harnes - Libercourt - Avion - Bully les Mines
le vendredi : Hénin Beaumont - Lens - Vendin le Vieil - Noeux les Mines
le samedi : Méricourt - Carvin - Auchy les Mines - Marles les Mines
le dimanche : Billy Montigny - Provin

Passez votre commande au 09 81 94 51 43
Vous la recevez sur le marché de votre choix
Pour une livraison : Tél. 06 30 07 83 14

Abbaye de Belval : l'hébergement en ligne de mire

Rencontre avec André Desjonquières, directeur, et Bernard Trollé*, président de l'association abbaye de Belval.

*A l'heure où nous bouclons, Bernard Trollé est décédé prématurément. Nous présentons nos sincères condoléances à sa famille et nous associons à leur peine.



~ Le bassin et l'abbaye de Belval vus du chemin de la ferme.

Regard en Marche : Comment l'abbaye a-t-elle traversé le Covid ?

Nous avons perçu le premier confinement comme un coup de massue. Tous les groupes inscrits pour des visites ou des séjours se sont désistés. Les initiatives en cours ont subi un brusque ralentissement. Il a fallu prendre des mesures pour protéger l'activité : au final, la seule chose qui se soit

ends 3R ont repris : Repos, Réflexion, Ressourcement.

Où en sont les projets ?

Nous travaillons toujours sur le dossier hébergement même s'il a pris un coup de frein. En hébergement d'urgence toutes les chambres sont occupées en permanence. En partenariat avec l'ASA, Association des

sortie honorablement de cette crise est l'activité affinage de fromages. Le fromage étant un produit local, il a profité de l'essor qui a porté toutes les productions de terroir.

L'activité ayant tourné au ralenti pendant presque deux ans, il faut relancer la machine. L'accueil de groupes reprend peu à peu. Les week-

sans abri d'Arras, nous travaillons maintenant à la création de logements sociaux type pension de famille pour des personnes âgées vieillissantes. C'est un dossier très complexe mais qui progresse.

Entre temps, pour pouvoir continuer les travaux, nous avons dû faire la mise aux normes de l'assainissement. Séparer les eaux usées des eaux de pluie (8000 m² de toits), cela a représenté un travail énorme. Nous en avons profité pour créer une mare dans le parc pour favoriser la biodiversité. Nous avons également fait la mise aux normes des cuisines.

La micro-chaufferie collective bois énergie est maintenant en fonctionnement. Nous avons aussi à travailler sur l'isolation des combles et des tuyaux de chauffage.

La SAS emploie dix salariés à temps complet et un salarié à mi-temps en travail adapté. Nous recherchons actuellement un cuisinier en insertion.

PROPOS RECUEILLIS PAR
BERNADETTE BAILLEUL

La Cuisine solidaire à Calais : tout le monde y gagne

Au départ, une volonté de l'association d'insertion Les Ateliers de la citoyenneté (ADLC) et de son directeur Xavier Rétaux de lutter contre le gaspillage alimentaire en employant du personnel en réinsertion. En janvier 2021, l'ancienne cuisine désaffectée du restaurant Fast good Iceo devenait le lieu approprié pour le démarrage de ce projet.

Une chaîne d'entraide s'est mise en place : le magasin Métro donne ses produits alimentaires invendus à La Croix rouge. Celle-ci, ne possédant pas de locaux de transformation, laisse aux Ateliers de la citoyenneté la viande, le poisson, et les œufs qu'une équipe des cinq personnes employées en réinsertion cuisine chaque jour pour les plus démunis.

Du lundi au jeudi, 150 à 200 barquettes alimentaires sont ainsi distribuées aux bénéficiaires de La Croix rouge rue Magenta, dans le centre-ville de Calais, où une épicerie sociale a également été installée. Le vendredi, 80 à 100 barquettes sont cuisinées pour l'Association d'entraide du Calaisais. Les étudiants en difficulté financière peuvent aussi bénéficier de cette aide alimentaire.

Cette initiative est généreusement portée par l'Agglomération du Calaisais dans son programme d'alimentation territoriale. Son succès, avec la création de cinq emplois et la production de 20 000 barquettes en 2021, a permis qu'elle soit reconduite en 2022 avec pour objectif la production de 30 000 barquettes. De plus, l'Aggloméra-



tion du Calaisais est sur le point de s'engager pour le financement de l'emploi définitif d'Audrey, l'une des cinq personnes de l'équipe de travailleurs en réinsertion, pour devenir leur encadrante : « Nous qui avons su ce qu'était la précarité des milieux défavorisés, déclare-t-elle, nous ne pouvons être que reconnaissants de l'aide que la Cuisine solidaire nous a apportée ! »

PATRICIA MEURISSE



~ Rencontre du 25 novembre 2021 à Condette.

A NOTER

Des journées diocésaines

Le mouvement Espérance et Vie, par le partage et l'amitié, contribue à relever ceux et celles qui ont perdu leur conjoint.

Proposition de groupes de paroles en après-midi à Condette, Saint-Pol-sur-Ternoise, Racquinghem, Vitry-en-Artois, Richebourg, là où des personnes le demandent, là où une personne peut l'animer. Proposition de journées diocésaines, une par trimestre : Condette, Aire-sur-la-Lys, Fruges, Amettes, là où les locaux permettent l'accueil.

Prochaine rencontre de l'année :

Dimanche 26 juin : journée d'amitié, au Relais Sainte-Catherine à Longuenesse avec visite guidée de la cathédrale de Saint-Omer l'après-midi.

En route vers Lourdes avec les veuves et veufs

La prochaine rencontre nationale du mouvement Espérance et Vie aura lieu à Lourdes les 1^{er}, 2 et 3 octobre 2022 autour du thème «Veuves, veufs, ensemble, portons l'espérance».

Comme tous les cinq ans depuis 1946, le mouvement se réunit à Lourdes pour trois jours.

Un programme est proposé à chacun avec des conférences et des célébrations, du dialogue et du silence, des temps pour tous et d'autres spécifiques. Des itinéraires possibles pour nos différents chemins. Chacun choisit ce qui lui convient le mieux dans les propositions de chaque journée.

Ce rassemblement est un moment privilégié dans la vie de veuve, de veuf, c'est

un temps pour reprendre souffle et faire le point.

Les temps de déplacement et les repas permettent de tisser des liens. Les personnes du diocèse seront logées dans le même hôtel, réservation faite par le national.

Le voyage aller s'effectuera le vendredi 30 septembre et le retour le mardi 4 octobre. Un ramassage en car est prévu vers la gare Montparnasse à Paris pour voyager en train et un retour identique.

Prévoir un budget d'environ 500 euros maximum. D'autres informations plus précises seront données ultérieurement. Si vous êtes intéressé(e), pour aider à l'organisation, veuillez-vous signaler à l'une de ces personnes :

Danielle Branquart : 25, rue du Château 62310 Torcy - Tél. 03 21 81 16 79

Lise Crametz : 61, rue de Rosemont 62130 Saint-Pol-sur-Ternoise - Tél. 03 21 03 00 44

Christiane Lecocq : 13, rue de Wicardenne Appt 2 62200 Boulogne-sur-Mer - Tél. 03 21 35 26 33

Josiane Pilliez : 39, rue du Puits 62136 Richebourg - Tél. 06 29 42 73 21

Thérèse Vallet : 7, bis rue de Sailly 62490 Torquesne - Tél. 03 21 50 11 32

Agnès Vershelde : 23 rue Georges Cuvier 62280 Saint-Martin-Boulogne - Tél. 06 63 45 36 22

Christian Lefebvre : 8, rue de Boubers 62990 Saint-Denoëux - Tél. 06 08 86 77 37

Abbé Henri Bienaimé : 34, rue de l'Abreuvoir 62310 Crépy - Tél. 03 21 47 79 47

Eglise mode d'emploi

par Léon Caresmel

Les martyrs de la foi

1 Martyr signifie témoin

En grec, le mot martyr signifie «témoin». Au sens chrétien du terme, un martyr est quelqu'un qui a payé de sa vie, sa fidélité à Jésus et à l'Évangile.

3 Martyr d'aujourd'hui

Le 26 juillet 2016, le père Hamel meurt assassiné «en haine de la foi au Christ», à la fin de la messe qu'il venait de célébrer. Beaucoup espèrent qu'il sera un jour reconnu martyr et béatifié.

CRÉDIT DOROTHÉE QUENNESSON-PIXABAY



~ Martyre de saint Sébastien.

2 Actualité des martyrs (ou du martyr)

Tout au long de son histoire, l'Église chrétienne a toujours compté de nombreux martyrs. Nous sommes sensibilisés à l'histoire des persécutions voulues par les empereurs romains des premiers siècles. Aujourd'hui encore, dans de nombreux pays du monde, «de nouveaux martyrs chrétiens offrent leur vie au Christ chaque jour».

4 Promis au bonheur

«Bienheureux, êtes-vous quand on vous persécute et qu'on dira faussement toute sorte de mal contre vous, à cause de moi. Réjouissez-vous et tressaillez de joie, parce que votre récompense est grande dans les cieux». (Mt 5, 11-12)

En ce mois de janvier, deux de nos rédacteurs s'en sont allés rejoindre la maison du Père.
Le père Anthime Caron, tout d'abord, est décédé le 6 et le chanoine Raymond François le 22.

À Anthime et Raymond... A-Dieu et merci !

Né à Lisbourg le 28 mars 1931, Anthime Caron sera ordonné prêtre le 13 février 1955 chez les Montfortains. Il sera professeur de mathématiques et préparera en même temps une licence de sciences physiques. Il continuera avec un diplôme d'études supérieures de physique atomique et un certificat d'études supérieures de psychologie. Après un stage comme ingénieur au Centre de recherches nucléaires de Saclay, il passera un doctorat de physique et prendra en charge un laboratoire à l'université de Besançon. Ses confrères l'éliront provincial de la congrégation des Montfortains, ce qui l'amènera à sillonner le monde. Il fut ensuite vice-recteur de la faculté catholique de Paris pendant deux mandats. Au terme de ces mandats, il rejoignit le diocèse d'Angoulême, où il fut curé pendant une douzaine d'années. L'âge de la retraite dépassé, et usé par ses responsabilités et ses visites à travers le monde, il connut des problèmes de santé et souhaita revenir dans son village natal pour «un ministère de roue de secours en perpétuel fonctionnement», comme il aimait à le dire.

Ministère qu'il consacra au service des paroisses. Il fut aussi directeur de la revue mariale de sa province, aumônier des hospitalières et des médecins au pèlerinage montfortain de Lourdes, aumônier du Centre du Nord. Comme l'a rappelé le père Luc Dubrulle lors des funérailles du père Caron, « La vie d'Anthime est une grande aventure, une grande quête scientifique, une quête spirituelle, et puis de multiples dons [...] et demandons à Anthime qu'il contribue par l'intercession de Marie à faire détacher quelques atomes du ciel qui viennent nous réjouir et nous agiter, nous ici sur notre terre... et demandons des protons plutôt que des neutrons... Demandons des protons qui portent ici l'énergie du ciel... Car c'est peut-être cela, vivre dans la



compagnie de Marie...
Ainsi nous demeurerons dans l'amour, et l'amour de Dieu, en nous, grandira.»

« La vie d'Anthime est une grande aventure, une grande quête scientifique, une quête spirituelle, et puis de multiples dons [...] »



Dans *Prêtres en mouvement*, édité par Organisation diocésaine des mouvements et associations de fidèles, le chanoine Raymond François s'exprimait en ces termes :

«C'est en tant qu'aumônier des Guides ainées que j'ai appris à trouver ma place auprès de laïcs responsables. Il s'agissait de jeunes femmes de 18-25 ans très autonomes. J'ai compris alors que mon rôle était d'ordre spirituel : l'accompagnement spirituel des personnes dans toutes les dimensions de la vie [...] Si mon ministère a bien été territorial comme curé et doyen, j'ai toujours accompagné des groupes : des élèves de l'enseignement catholique, des membres d'équipe Notre-Dame et, pendant un temps, des couples de milieux indépendants qui ne voulaient pas appartenir à un mouvement : c'était intéressant de les écouter pour en connaître la vie, le travail et les difficultés. A ma retraite, j'ai été nommé aumônier du Mouvement chrétien des retraités [...] Ma tâche missionnaire s'est prolongée

dans l'écoute des personnes en grande difficulté conjugale, qui veulent essayer de reconstruire une vie, aidées par les sacrements dont elles sont privéeses [...] Travailler avec des laïcs m'a appris la patience et aiguisé ma conscience d'une Eglise conçue comme Peuple de Dieu. Dans ma vie de prêtre je suis passé de «chef responsable de tout» à un sacerdoce de service. Mon ministère est devenu plus spirituel, encore plus enraciné dans l'Ecriture, partagée dans le travail avec les mouvements.»

«Travailler avec des laïcs m'a appris la patience et aiguisé ma conscience d'une Eglise conçue comme Peuple de Dieu»

Infos

LES TOURELLES À CONDETTE

12, AVENUE DE L'YSER

Tél. 03 21 83 71 42

www.les-tourelles-de-condette.fr

■ Parcours biblique

Vendredi 8 avril (14h30 à 16h30) :

«*Le jardin des paraboles*», avec le père Gérard Leprêtre.

■ Halte spirituelle

Mardi 3 mai (10h à 16h30) :

«*L'itinéraire spirituel de sœur Paul-Hélène, martyre d'Algérie*», avec Jean-François Petit, religieux assomptionniste, docteur en philosophie.

CALENDRIER

«Sacré festival de musique» 2022 à Lens

La 3^e édition du «sacré festival de chant» aura lieu du vendredi 22 au dimanche 24 avril autour d'un patrimoine vocal issu de l'Europe et de l'Orient. Ces prestations visent également à mettre en valeur notre patrimoine architectural. Cette année, nos amis belges sont à l'honneur.

Pour tout renseignement :

www.facebook.com/maisonnicodeme

e-mail : sacrefestivalchant@gmail.com

Tél. 06 82 41 39 83/06 21 53 57 37

ÉVÈNEMENT

Pèlerinage en Normandie avec la pastorale des jeunes



Après deux années d'interruption, les pèlerinages pour les jeunes reprennent. Du 20 au 22 avril, les collégiens partiront en Normandie sur les pas de grands saints avec la pastorale des jeunes et la direction des pèlerinages. En chemin vers Lisieux, les jeunes feront escale à Esteville, au centre Abbé-Pierre-

Emmaüs. Ce lieu de mémoire présente la vie de l'abbé Pierre, son message et l'actualité de son œuvre.

Puis ils se dirigeront vers Lisieux, ville célèbre grâce à sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus. Son apport incomparable à la spiritualité du XX^e siècle est un retour à l'Évangile dans sa pureté radicale. «*Si vous ne redevenez pas comme des petits enfants, vous n'entrerez pas dans le Royaume des Cieux.*» (Matthieu 18,3). Nouveauté pour cette année, sur le retour, ils passeront une journée à Rouen pour découvrir Jeanne d'Arc.

VALÉRIE COURQUIN

Renseignements auprès de la direction des pèlerinages

Tél. 03 21 21 40 90

pelerinages@arras.catholique.fr

Spiritualité

Tu es le soleil éclaté de l'Amour du Père

Seigneur crucifié et ressuscité,
Apprends-nous à affronter,
Les luttes de la vie quotidienne,
Afin que nous vivions dans une grande plénitude.
Tu as humblement et patiemment accueilli les échecs de la vie humaine,
Comme les souffrances de la crucifixion.
Alors les peines et les luttes que nous apporte chaque journée,
Aide-nous à les vivre comme des occasions de grandir et de mieux te ressembler.
Rends-nous capable de les affronter, plein de confiance en ton soutien.
Fais-nous comprendre que nous n'arrivons à la plénitude de la vie
Qu'en mourant sans cesse à nous-mêmes et en nos désirs égoïstes.
Car c'est seulement en mourant avec Toi que nous pouvons ressusciter avec Toi.
Que rien désormais ne nous fasse souffrir ou pleurer
Au point d'en oublier la joie de ta résurrection.

MÈRE TERESA

CAROLINE MACHON, MUSICIENNE MULTI-TALENTS

Faire passer la prière par le clavier, le chant

Musicienne autodidacte, Caroline joue de l'harmonium, du saxo et de la clarinette. Pour elle, la musique est «une nourriture spirituelle», un moyen «de vivre en harmonie, corps, âme et esprit». Rencontre.

Ce matin, je rencontre Caroline Machon chez elle à Haplincourt, bien connue de la paroisse Notre-Dame de l'Arrouaise par l'animation musicale des messes et des célébrations. A 36 ans, cette célibataire vit pour sa passion : la musique depuis vingt ans. D'abord, douée, autodidacte, elle joue de l'harmonium, du saxo et de la clarinette. Elle a ensuite participé à des stages d'organiste et prenait plaisir à collectionner les astuces lors des messes locales. Aujourd'hui Caroline continue de se perfectionner avec Jean-Michel Bachelet, titulaire des grands orgues de l'église Saint-Géry de Cambrai et aussi à Saint-Quentin, cela au Conservatoire de Cambrai. Nous la connaissons également en qualité de chef de chœur au groupe vocal «Sud Artois».

Regard en Marche : Quelles sont vos motivations ?

Caroline Machon : C'est un moyen d'expression, faire passer par le clavier et le chant, la prière. Faire plaisir ; c'est aussi rendre service et accompagner lors des

funérailles. C'est ma nourriture spirituelle. Je prends plaisir à jouer de l'orgue, à utiliser tous les jeux, c'est fantastique le nombre d'instruments qui en découle ; mixer les sons, m'adapter à la liturgie pour un «Gloire à Dieu» ou un «Sanctus» me remplit de bonheur !

En dehors de la musique, vous exercez aussi un don qui apporte du bien-être...

J'ai fait des études de biochimie, microbiologie. Ensuite, j'ai travaillé en périscolaire, dix ans auprès des enfants à l'école et à domicile, j'étais auto-entrepreneur. Puis un jour, lors d'une retraite j'ai découvert la médecine chinoise. Mon ressenti a été une révélation. Le besoin m'est venu de me former, particulièrement dans la réflexologie plantaire. Nous sommes corps, âme et esprit, tout doit fonctionner en harmonie, c'est le grand principe pour bien vivre et être en bonne santé. Je procure du bien autour de moi par la détente, le soulagement de l'émotionnel et certaines douleurs physiques.

PROPOS RECUEILLIS PAR
NADINE DEMORY



~ «Nous sommes corps, âme et esprit, tout doit fonctionner en harmonie, c'est le grand principe pour bien vivre et être en bonne santé».

VIVRE AUTREMENT

Tous en marche !



fleurs au fil des semaines. Les rayons du soleil encore hésitant offrent de beaux jeux d'ombres et de lumières sans la chaleur étouffante de l'été. Tous ces dons de la nature peuvent être autant de sources de motivation et d'émerveillement pour nos enfants. Il suffit parfois d'un peu d'imagination pour orienter le regard et les motiver, malgré leurs réticences à sortir face à l'attraction des écrans...

Le printemps est la saison idéale pour les balades en famille dans la nature. Les oiseaux sont de retour et leurs nids sont encore visibles dans les arbres sans feuille. Les bourgeons se transforment en

Transformer une sortie nature en vrai jeu de piste familial ne demande pas forcément beaucoup de préparation. A un très jeune enfant, plus attiré par le toucher, on peut proposer de collecter sur le chemin feuilles, fleurs, cailloux, matières pour les rassembler dans une petite «boîte souvenir». Ne pas hésiter à lui faire sentir et caresser les pétales, feuilles, branchages, tout en prêtant l'oreille, pour de très courtes pauses, aux bruits de l'environnement.

Entre 6 et 12 ans, pourquoi ne pas leur confier un appareil photo ou smartphone pour immortaliser, à leur façon, les paysages et petits détails au cours de la marche. Nés dans un monde de l'image, vos enfants vous surprendront sûrement ! Avec les ados, on peut proposer d'écrire leurs impressions et sentiments sur un petit carnet au fil de la marche, ou tout simplement profiter du moment partagé pour un temps d'écoute et de dialogue déconnecté de l'école, la maison et la routine de la semaine.

Mélanie Martin

Recette BERNADETTE BAILLEUL

Salade de lentilles noires, saumon fumé, feta

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

- 300 g de lentilles noires Beluga
- 6 tranches de saumon fumé
- 37,5 g d'eau
- 100 g de feta
- 1 échalote, sel, poivre, huile de colza, vinaigre de vin, ciboulette

PRÉPARATION

- Rincer les lentilles, les mettre dans une casserole d'eau froide non salée, porter à ébullition 20 minutes environ. Surveiller la cuisson, les lentilles doivent rester fermes. Les rincer à l'eau froide.
- Couper les tranches de saumon et la feta en petits morceaux, hacher finement l'échalote.
- Mélanger les lentilles refroidies avec le saumon, la feta et l'échalote. Assaisonner avec poivre, sel, huile de colza, vinaigre de vin et ciboulette.
- Mettre au frais jusqu'au moment de servir.

DIFFICULTÉ ★★★ COÛT ENVIRON 6 €



BERNADETTE BAILLEUL

J'ai vu



Les fiancés du Rhin de Marie-Bernadette Dupuy Éditions Calmann-Lévy

Marie-Bernadette Dupuy tient le lecteur en haleine dans ce roman. L'histoire se situe vers les années 30, dans un domaine viticole à Ribeauvillé, en

Alsace. On découvre cette belle région et ses traditions au fil d'une histoire d'amour entre Noëlle et Hans. Hans est un Allemand venu participer aux vendanges. La guerre éclate et sépare les fiancés : il doit rejoindre son pays. La haine anti allemande refait surface, l'hostilité à l'égard du couple grandit, leur avenir est compromis. Pourront-ils résister ? Ils ne renonceront pas à se retrouver.

DANIÈLE ROUTIER

Expo

Jusqu'au 15 mai

Divinités et immortels

Saint-Omer - Musée de l'Hôtel Sandelin
14, rue Carnot
du mercredi au dimanche de 10h à 12h et de 14h à 18h
Tél. 03 21 38 00 94

La BD de Pierre Tanghe



POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS SUR L'ASSOCIATION "DES ENFANTS ET DES ARBRES" : [HTTPS://DESENFANTSDESARBRES.ORG/](https://desenfantsetdesarbres.org/)