

COVID-19

Une invitation à une nouvelle réflexion

Le Pôle Santé, Social, Hygiène et Environnement de AISA ONG rappelle à l'occasion du COVID-19 que notre humanité est UNE.

Cette pandémie provoquée par un virus, aussi petit soit-il, interroge, désarçonne et paralyse l'activité mondiale. Ce moment de crise sanitaire sans précédent, nous invite à méditer sur ses causes et à réfléchir ensemble dès à présent à un projet plus humain et viable pour les générations futures.

Cette crise vient nous rappeler que l'humanité est un corps, touchée dans ce qu'elle a de plus précieux, sa santé. Le monde est en apnée. Il n'échappe à personne que ce virus cible principalement les poumons, il porte atteinte au souffle de l'humanité. De multiples incendies de forêts et des cyclones s'additionnent à la déforestation due à l'avidité de l'homme, et ce, en dépit des nombreux avertissements reçus des scientifiques depuis des décennies. Nos propres poumons et ceux de notre planète sont simultanément menacés par ce que l'on pourrait appeler une « Pneumonie planétaire ».

Hier encore, les usines, les voyages de masse, l'agriculture intensive, la mainmise sur l'eau et les énergies, battaient leur plein sans se soucier de l'impact de nos activités sur le monde du vivant. La vision mercantile et financière exclusive s'est faite au dépend de l'Humain qui n'est plus au centre des préoccupations de la société de consommation d'aujourd'hui. La souffrance de notre corps, celle de nos proches, la souffrance du corps social et celui de la planète, sont une seule et même souffrance. Cette crise révèle notre fragilité. Elle vient nous réveiller.

Cette crise est une opportunité à repenser le monde de demain et à travailler ensemble à promouvoir l'unité de la famille humaine en passant de la « culture du Je » à la « culture du Nous ».

Nous habitons la même planète. Le même air traverse nos poumons et nos forêts, la même eau irrigue nos cellules et nos terres, la même terre nous nourrit et nous porte, le même soleil nous réchauffe et nous éclaire. Ces biens communs inaliénables appartiennent à tous les règnes de la nature, du minéral à l'humain en passant par la biodiversité végétale et animale. Chacun doit apprendre à partager sans oublier les plus démunis. L'histoire nous apprend que nos actes restent inscrits et génèrent des conséquences dont nous sommes tous co-responsables. Cependant, il y a des raisons d'espérer. L'élan de solidarité et l'impact positif de cette crise sur l'environnement sont là : le ciel bleu de la Chine, les eaux limpides de Venise, le chant des oiseaux à Paris, le silence retrouvé à Kinshasa.

Faisons en sorte que ce nouveau paradigme s'installe au sein de la famille humaine afin que cet éveil de conscience nous invite à cesser la course folle de notre modèle actuel. Sortons d'une histoire pour rentrer dans une nouvelle histoire.

Unissons nos efforts pour que les valeurs universelles de partage, de solidarité, d'égalité et de justice puissent devenir des réalités vécues au profit de **l'humanité toute entière**, sans distinction de culture, de religion, de rang social.

Mobilisons-nous pour promouvoir **le Vivre et le Faire Ensemble en Paix** ainsi que **l'éducation à la Culture de Paix**.

Quelques recommandations

Les règles d'hygiène, de distanciation et de confinement mises en place sont à respecter **impérativement**. Il est important d'adopter les gestes barrières suivants :

- ne plus s'embrasser et ne plus se serrer les mains ;
- se laver souvent les mains à l'eau et au savon permet de détruire le coronavirus ;
- les solutions hydro-alcooliques (SHA) sont à utiliser uniquement en l'absence d'eau et de savon, l'alcool à 70% peut remplacer les SHA ;
- tousser ou éternuer dans son coude, utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter à la poubelle couvercle fermé ;
- se tenir à distance d'un mètre les uns des autres, aérer sa maison tous les jours au minimum 15 minutes ;
- désinfecter les poignées de portes, claviers et téléphones car le virus reste quelques heures voire quelques jours sur les supports inertes ;
- l'eau de Javel à **2,6%** (dilution d'1 litre de Javel dans 4 litres **d'eau froide**, Institut Pasteur Lille France) peut être utilisée pour désinfecter les surfaces et la maison. Elle ne doit pas être avalée, inhalée ou mise en contact avec la peau et les yeux ; l'utilisation doit être prudente et limitée ; c'est un produit très toxique pour l'organisme et l'environnement ;
- ne pas prendre d'anti-inflammatoires qui aggravent les symptômes ;
- en cas de symptômes, portez un masque, isolez-vous et appelez votre médecin ;
- en l'absence de masque dans les pharmacies, le masque en tissu selon le protocole du CHU de Grenoble en France (tutoriel sur internet) peut être une solution temporaire, il est conseillé de le porter à chaque sortie ;
- nous rappelons qu'une alimentation variée et saine, locale et de saison permet d'entretenir une bonne santé ;
- des remèdes naturels existent pour aider notre organisme à se renforcer tels que les probiotiques, la vitamine C, la vitamine D3, la Propolis, entre autres ;
- le quota et la qualité du sommeil sont indispensables pour permettre à l'organisme de s'auto-réparer et de se régénérer.

Pour le groupe Pôle Santé de AISA ONG,

Dr Philippe BARTHELET

Contact pole santé : pole.sante@aisa-ong.org