

Le covid est fini.  
Maintenant... Peut-on (re)faire  
*la fête* ensemble ?



- Réalisation** Question Santé asbl - Service Education permanente
- Texte** Anoutcha Lualaba Lekede/Question Santé
- Graphisme** Carine Simon/Question Santé
- Remerciements** Pour la disponibilité et toutes les précieuses informations communiquées par Denis Mannaerts, Dominique Durieux, Najya si M'Hammed (Directeur, coordinatrice et chargée de projets à l'asbl Cultures&Santé) ; Frédérique Déjou, Vérane Vanexem (Co-directrices à l'asbl Les Pissenlits), avec Fatima, Joëlle, Loubna et Naïma, pour le Groupe de travail « Femmes, hormones et société : le recueil » ; Véronique Depiesse (Coordinatrice artistique au sein de la « Z Team »/Zinneke Parade) et Marie Fontaine (Zinnode d'Anderlecht/Zinneke Parade) ; Hedi Bersanova (Administratrice à la Free Clinic) ; Anne Löwenthal (Cercle Communication de l'asbl Action et Recherche Culturelles asbl) ; Emmanuel Godefroy (Président de l'asbl La Procession du Car d'Or/ Doudou de Mons) ; Mélanie Detournay (Présidente de l'asbl Les Amis du Folklore/Ecaussinnes) et Olivier Luminet (Professeur de psychologie de la santé à l'Université catholique de Louvain (UCLouvain) et de psychologie des émotions à l'Université Libre de Bruxelles (ULB). Un tout grand merci également à mes collègues de Question Santé, une équipe vraiment top.
- Avec le soutien** de la Fédération Wallonie-Bruxelles
- Editeur responsable** Olivier Balzat – 72, rue du Viaduc – 1050 Bruxelles
- D/2022/3543/6

## En guise d'intro

Si des doutes pouvaient subsister quant à la sociabilité de l'Homme, la crise sanitaire se sera sans doute chargée de les balayer car, à cette occasion, il a une fois de plus été démontré combien Aristote, philosophe grec de l'Antiquité, disait vrai : « L'homme est un être sociable ; la nature l'a fait pour vivre avec ses semblables »<sup>1</sup>.

**Les réactions** face à un événement différent généralement d'un individu à l'autre. Ce fut le cas face au Covid-19, maladie respiratoire potentiellement mortelle. Mais la pandémie, exceptionnelle par son ampleur et par sa durée, a touché tous les individus à travers les mesures sanitaires qui ont été prises. Parmi celles-ci et non des moindres, il a fallu se confiner, c'est-à-dire rester chez soi (quand on en avait un) et par conséquent aussi, restreindre les contacts sociaux<sup>2</sup>. Si cette « pause sociale » a parfois pu être accueillie avec soulagement pour différentes raisons, l'isolement et le manque d'interactions avec d'autres personnes ont fini par peser lourdement sur tous.

### Comment chacun a-t-il vécu cette période de repli social ?

Les contacts téléphoniques et virtuels ont pris le relais des contacts physiques. Cependant, ces contacts-là ont fini par lasser et montrer leurs limites. Comme beaucoup l'ont expérimenté alors : aussi importants soient ces moyens de communication pour maintenir le lien, ils n'égalent en rien les rencontres physiques.

Le Covid ne nous a pas seulement empêché d'être ensemble, il nous a aussi empêché de faire ensemble. Il a fait énormément de mal aux équipes, aux groupes, à tous ces collectifs qui constituent aussi les mailles de notre société. Il a souvent empêché les activités ou du moins les a restreintes drastiquement.

### Quel est le sens d'être et faire ensemble ?

Cependant, les questions et les difficultés engendrées par les mesures anti-Covid n'ont jamais réussi à terrasser les collectifs. La réactivité et la créativité ont été redoutablement efficaces pour lutter contre la rupture des liens sociaux. Elles montrent aussi combien nous tenons à nos interactions.

### *Avons-nous besoin d'être ensemble ?*

Cette interrogation est celle sur laquelle nous invitons à nous pencher dans cette publication. Est-il important de nous la poser alors que la crise sanitaire semble passée et que les contacts sociaux semblent avoir repris normalement ? Nos relations avec les autres peuvent-elles reprendre « comme avant » ? Que nous apprend cette pandémie ? Quel a été son impact sur notre santé mentale et sociale ? Ne faut-il pas en débattre... afin de mieux nous préparer si jamais d'autres crises devaient survenir ?

*Besoin de lien, de nous retrouver, de faire la fête ensemble, ce n'est pas du luxe, c'est ainsi que l'être humain est primordial, c'est notre nature...  
Être ensemble, en tribu, en famille, en groupes d'amis, de voisins, c'est ce qui est naturel à l'être humain...  
La relation à l'autre, aux autres, pour faire ensemble, nous est primordiale, c'est notre nature...  
Être fait, pour faire lien...  
L'être humain est fait, pour faire lien...*





# « Ils ne mouraient pas tous, mais tous étaient frappés »

(Jean de la Fontaine, *Les animaux malades de la peste*)

La solitude et l'isolement ont été expérimentés de différentes manières pendant le Covid...


« Pendant le confinement, le télétravail, **je me suis retrouvée seule chez moi. Je me suis sentie très isolée** : ma famille et mes collègues m'ont terriblement manqué. »

« **Je n'ai pas vu ma maman pendant des mois, si ce n'est à travers les communications WhatsApp.** Je travaille dans une structure de soins de première ligne et, malgré les précautions prises, il y avait quand même cette peur de ramener quelque chose à la maison et d'infecter ma famille, particulièrement ma mère. Avant la crise, elle était très souvent à la maison. J'ai trois jeunes enfants. Cela a été très difficile à vivre pour nous tous. »

Parfois, c'est le contexte de la pandémie qui a exacerbé ces deux ressentis.

« Mon père est décédé au tout début de la pandémie. C'était une période extrêmement difficile : les mesures sanitaires, le trop plein d'information, la peur... Je n'ai pas pu lui dire au revoir comme je l'aurais voulu. »

« Mon compagnon m'a quittée... »



## Ecrits, publiés et/ou imprimés noir sur blanc

« L'ensemble de la population belge a été touché par les mesures de confinement mais certaines personnes risquent davantage de développer des problèmes psychologiques. "Il s'agit notamment des jeunes, des parents de jeunes enfants, des personnes âgées et des personnes en situation de vulnérabilité, comme les personnes vivant dans une situation de pauvreté, les personnes handicapées et les personnes ayant un statut de migrants", précise le CSS (ndlr : Conseil Supérieur de la Santé). La solitude et l'isolement social sont également des facteurs aggravants dans l'apparition des troubles mentaux. »

Lepage S., « L'épidémie de coronavirus et le confinement laisseront des séquelles : quel suivi psychosocial pour les Belges ? » (21.05.2020), [L'épidémie de coronavirus et le confinement laisseront des séquelles : quel suivi psychosocial pour les Belges ? - rtbf.be](#)

« Près d'un tiers (29%) de la population adulte connaît un sentiment de solitude important dû aux mesures anti-coronavirus, ressort-il des résultats de la sixième enquête de santé Covid-19 de Sciensano, publiée mardi. Plus de 60% des répondants déclarent être insatisfaits de leurs contacts sociaux actuels. »

« Un belge sur trois éprouve un sentiment de solitude important suite aux mesures contre le Covid » (13.04.2021 – Belga), [Un Belge sur trois éprouve un sentiment de solitude important suite aux mesures contre le Covid - La Libre](#)

« Quatre chercheurs et chercheuses de l'UCLouvain, l'ULB et l'ULiège ont interrogé 25.000 étudiant·e·s de l'enseignement supérieur, avec un objectif : connaître l'impact de la crise du covid-19 sur ces jeunes (...) Résultats ? Plus de la moitié des étudiant·e·s ont des symptômes d'anxiété et de dépression. Ils et elles se sentent isolé·e·s, souffrent de troubles du sommeil et de l'appétit. Ils perdent la motivation, le sens de ce qu'ils font, et l'espoir en l'avenir.

« L'impact de la crise sur les étudiant·e·s ? Des données pour avancer » (25.03.2021), [L'impact de la crise sur les étudiant·e·s ? Des données pour avancer \(uliege.be\)](#)

De manière générale, les personnes âgées constituent le groupe le plus à risque de contracter des maladies graves et potentiellement mortelles. Elles ont été les plus vulnérables au virus « puisque 1.000 décès sont survenus dans la tranche d'âge 65-74 ans, 3.000 décès dans la tranche d'âge 75-84 ans et près de 6.000 décès chez les plus de 85 ans (Sciensano, 2020) ».

Le sentiment d'isolement social peut apparaître à tout âge, mais touche particulièrement les personnes âgées de plus de 65 ans à cause de l'avènement de certaines circonstances telles que le passage à la retraite ou la perte d'un conjoint (Gilmour, H., & Ramage-Morin, P. L., 2020)

Extraits du mémoire pour un master en sciences de la santé publique, finalité spécialisée : DU FOUR J., *Epidémie Covid-19 et isolement social des personnes âgées vivant à domicile*, UCLouvain - Faculté de santé publique, 2020-2021, p. 9 et 11.

## Quelques précisions amenées par Énéo, mouvement social des aînés

### L'isolement

C'est le nombre de contacts que l'on a avec d'autres personnes. Moins on a de contacts sociaux, plus on est isolé. C'est l'inverse de la « participation sociale », soit le fait d'être actif dans un cercle de personnes (sa famille, son quartier, une association, un club sportif ou de loisirs...). L'isolement se mesure aussi par la qualité de ces contacts sociaux : s'agit-il de dire simplement bonjour et au revoir à nos voisins ou aux commerçants de notre quartier, ou bien d'avoir de franches discussions avec eux et de savoir que l'on pourra compter sur eux en « cas de coup dur » ? Dans le premier cas, on ne peut pas vraiment affirmer qu'il s'agit de contacts sociaux de qualité, on peut donc parler d'isolement...

### La solitude

C'est un sentiment. C'est le fait de ressentir de manière désagréable la qualité de nos relations sociales. C'est donc un état émotionnel ou affectif. Une forme de détresse. C'est une expérience personnelle, individuelle, subjective. C'est se sentir seul, tout simplement. Donc, on peut très bien être isolé (n'avoir objectivement que peu de contacts sociaux), mais ne pas souffrir de solitude (ne pas avoir l'impression d'être seul). Et à l'inverse, on peut souffrir de solitude malgré un nombre important de contacts sociaux. Autrement dit, ce n'est absolument pas au nombre d'« amis » que vous avez sur Facebook et d'interactions que vous avez sur les réseaux sociaux que l'on peut prédire si vous vous sentirez seul ou entouré. Avoir un confident très proche peut par exemple suffire à se sentir entouré et à vivre sereinement.

Extraits de « Solitudes et isolement : parlons-en ! » dans *Balises – Journal des cadres d'Énéo, mouvement social*, n° 70 (mai, juin, juillet 2020), p. 7.

Avons-nous réellement pris conscience de ce qu'impliquaient  
les problèmes d'isolement et de solitude ?





## Quand la santé prend un coup

L'isolement et la solitude ne sont pas que des ressentis émotionnels. Ils peuvent entraîner des conséquences sur la santé mentale et la santé physique.

Ils peuvent fragiliser la santé mentale et augmenter les risques de dépression.

Pendant la crise par exemple, il y a eu de l'isolement social et de l'ennui. Ennui parce qu'il y a eu une baisse importante de l'activité quotidienne et, par conséquent, une réduction des compétences pour dépasser les défis personnels. L'ennui s'installant, les personnes sont plus insatisfaites de leur vie. Comme autres conséquences négatives, on peut citer : des troubles du sommeil, de l'anxiété, de la dépression, une augmentation des comportements addictifs, agressifs ou compulsifs comme les suicides, les violences conjugales et parentales.<sup>3</sup>

Des études ont révélé que l'isolement social et la solitude ont des effets sur le système immunitaire ou augmentent les risques cardiovasculaires.<sup>4</sup> Elles montrent aussi que les personnes qui sont isolées socialement sont également à plus haut risque de maladies infectieuses (comme le rhume), de détérioration des fonctions cognitives, et de mortalité prématuré.<sup>5</sup>

*« Ces hausses de risque sont une conséquence de l'impact négatif exercé par l'isolement social sur plusieurs paramètres physiologiques, avec notamment une hausse de la tension artérielle et des taux de fibrinogène (risque plus élevé de développer un caillot sanguin) ainsi que l'activation des processus inflammatoires. »<sup>6</sup>*

**La même chose** est aussi observée chez les personnes qui souffrent de solitude.

Avec le Covid-19, les problèmes d'isolement et de solitude que nous connaissions n'ont pas seulement augmenté, mais ils se sont aussi étendus. Des études menées en début de pandémie permettent peut-être de mieux comprendre ce qu'induit le manque de relations avec d'autres.

## Nos cerveaux sont hypersensibles à l'expérience de solitude !

LIVIA TOMOVA Laboratoire des neurosciences sociales du MIT (États-Unis)

(...) Toutes les études montrent que cette pénurie relationnelle n'a vraiment rien d'anodin. Au cours d'une expérience menée début 2020 au MIT, des scientifiques ont confronté 40 volontaires à dix heures d'abstinence sociale, puis à dix heures de privation de nourriture. Résultat : « Nous avons observé dans les deux cas la même signature neuronale en présence de stimuli sociaux ou alimentaires, expose Livia Tomova, postdoctorante au Laboratoire des neurosciences sociales du MIT. Autrement dit, la relation à l'autre semble être un besoin aussi essentiel que celui de nourriture. Nos cerveaux sont hypersensibles à l'expérience de solitude ! »

Si se priver de relations durant une journée a le même impact qu'un jour de jeûne, le confinement pourrait donc avoir l'effet d'une famine ! Ou de coups au plexus : car selon des études conduites à l'université de Californie, l'exclusion d'un groupe social activerait des zones cérébrales liées à la douleur physique. Rien de surprenant sur le plan évolutif : notre survie d'humains sans défense est si dépendante du groupe, que le ressenti de solitude pourrait jouer le rôle de signal d'alerte. Comme la faim ou la soif.

« Notre cerveau est comme piraté par les relations sociales : nos expériences ont montré que même un simple échange de regards pouvait activer les circuits cérébraux de la récompense », note Leonhard Schilbach, chercheur à l'Institut Max-Planck de psychiatrie. La présence ou le contact physique avec un proche a même des propriétés apaisantes et antidouleur démontrées. Encore faut-il que quelqu'un vous regarde ou vous touche...

NOUYRIGAT V., « Solitude : l'autre crise sanitaire » (23.06.2020), sur [Solitude : l'autre crise sanitaire \(science-et-vie.com\)](https://www.science-et-vie.com) ?.

Si l'absence de relations sociales peut être comparée à une privation de nourriture, on peut donc avancer que « cultiver de bonnes relations sociales serait aussi précieux que de pratiquer une activité physique ou d'arrêter de fumer ».

Suffit-il de cultiver ses relations sociales pour préserver sa santé et son bien-être ?

## Des solutions pensées pour nous ?

Pour contrer les effets néfastes de la solitude et de l'isolement, les vrais liens et les contacts physiques sont la clé. Mais en cas de crise, comme celle du coronavirus l'a bien démontré, il faut se rabattre sur les liens et contacts virtuels. Mais que faire quand il n'y a malheureusement personne à contacter via WhatsApp ou par visioconférence ?

Certains pensent à des **robots sociaux** ou **des assistants vocaux désincarnés**. Ces derniers sont aussi appelés « assistants personnels intelligents » : il s'agit d'applications logicielles basées sur la reconnaissance vocale du langage naturel et la restitution d'informations par synthèse vocale.

Petite précision : il est aussi dit que les robots et autres merveilles technologiques ne devraient pas remplacer les humains et seraient par conséquent juste des outils supplémentaires pour amplifier et compléter les vraies relations.

**Sans vouloir** rejeter les technologies et ce qu'elles peuvent apporter comme solutions à nos difficultés, est-ce réellement comme cela que nous voulons résoudre les problèmes d'isolement et de solitude dans notre société ?

*Qu'est-ce que la période de la pandémie  
nous a appris sur ces questions ?*





## Comment ça va ?

« Hoe gaat het ? », « Wie geht es dir ? », « Ké novele ? », « Come va ? »,  
« How are you ? », « Habari gani ? », « Hur mar du ? », « Cómo estás ? »,  
« Boni ? », « Kayfa halak ? », « Jak sie masz ? », ...

Ces quelques mots, qui s'enquière du sort, de la santé, de l'état de son (ses) interlocuteur(s), débute la plupart des interactions humaines à travers le monde. Dès lors, est-il étonnant que lors de la crise sanitaire, cet intérêt pour l'autre n'ait point faibli et ait été l'occasion d'utiliser tous les moyens possibles pour continuer de rester en contact ?

La communication avec les proches, familles et amis, a continué pendant le coronavirus... La difficulté a peut-être été plus grande pour des personnes travaillant ensemble ou regroupées autour d'un ou plusieurs centres d'intérêt.

**La nouvelle** masse des télétravailleurs a pu compter sur les outils numériques pour poursuivre les activités de leurs entreprises. Outre le téléphone, beaucoup ont, à cette occasion, découvert et appris à utiliser les logiciels de visioconférences professionnelles qui ont permis des appels vidéo et des réunions en ligne.

Voyons chez Cultures&Santé, association de promotion de la santé, éducation permanente et cohésion sociale basée à Bruxelles. A la fin du premier confinement, l'association a commencé à investir dans du matériel informatique et à configurer les ordinateurs pour que le travail de bureau puisse se faire à partir de la maison. Même si l'entièreté des besoins n'a pu être rencontrée, au moins la majorité de l'équipe pouvait télétravailler et accéder au serveur central de l'association. Les travailleurs ont aussi commencé à utiliser les logiciels de réunions à distance (d'équipe, de secteurs, avec des partenaires, etc.). Se souvenant de l'époque, des membres de l'équipe disent s'être sentis un peu rassurés par rapport à ces liens retrouvés : « *Nous étions même assez enthousiastes* ».

Ces outils ont ainsi permis aux équipes de rester en contact et de continuer à travailler, mais ils ont aussi permis de maintenir le lien avec les publics.

### Comment les uns et les autres s'y sont-ils pris concrètement pour maintenir le lien avec les usagers ?

Les Pissenlits, une autre association de promotion de la santé avec une démarche communautaire située dans le quartier Cureghem à Anderlecht. Là, l'équipe a d'abord commencé par répondre à des urgences (des personnes et des familles n'avaient plus de colis alimentaires), donner des centaines de coups de fil pour prendre des nouvelles des uns et des autres, rassurer par rapport à la masse d'informations reçues ou disponibles, expliquer les mesures sanitaires, rappeler qu'il était inutile de tout nettoyer à l'eau de javel chez soi par exemple. Il a également fallu former, s'approprier les outils numériques et, parfois aussi, équiper des personnes en situation précaire.

Cette étape passée, le travail au sein de tous les groupes de paroles s'est poursuivi, par visio-conférences, mais parfois aussi en présentiel quand cela était possible, dans le respect des mesures sanitaires. Des groupes WhatsApp ont été créés pour identifier des moments d'échanges, pour découvrir en petits groupes des coins de Bruxelles.

Une participante, qui est aussi une personne-relais dans un des groupes de travail, a réalisé des capsules vidéo de trois, quatre minutes proposant des recettes ordinaires, mais adaptées aux personnes diabétiques,<sup>8</sup> qui ont été postées sur le Groupe Facebook Pissenlits créé spécifiquement pour servir de soutien pendant la crise sanitaire : *« Je ne savais pas et j'ai appris sur le tas. Ma fille m'a un peu aidée. Mais ce n'était pas du tout évident, car pour réaliser une vidéo de trois, quatre minutes, la réalisation me prenait 4h ou 5h ».*

Des participantes ont aussi maintenu le lien entre elles en dehors des Pissenlits : par téléphone ou, parfois, en invitant une autre participante, accompagnée de sa famille, à partager un verre ou un repas dans le jardin.

### Quelles valeurs nous faut-il mobiliser pour continuer à faire société ?



# Être et faire ensemble : un défi en temps de crise ?

Entre 2020 et 2022, la mobilisation observée pour maintenir le contact entre les individus a été importante. Peut-être parce que :

- La crise du Covid a accentué des problèmes déjà existants dans la société, ainsi en est-il de l'isolement et de la solitude.

Bien avant que ne démarre la pandémie, l'isolement social par exemple touchait en Belgique : 29% des Bruxellois, 24% des Wallons, et 21% des Flamands ;<sup>9</sup>

- L'isolement social est un enjeu de santé publique en raison de ses répercussions sur la santé et sur le bien-être des individus.

« La diversification et le maintien des réseaux sociaux sont primordiaux dans la lutte contre l'isolement social. Il existe trois types de réseaux : familial, amical et professionnel. L'appartenance à un seul de ces réseaux ne suffit pas à pérenniser le lien social lorsque surviennent des périodes difficiles à gérer comme la crise du covid-19. Il est dès lors primordial de continuer les différentes activités sociales, qu'elles soient culturelles, politiques, professionnelles, etc., pour générer de multiples rencontres. »<sup>10</sup>

*Cependant comment faire  
quand les activités collectives sont empêchées ?*

**La vraie question** n'était-elle pas plutôt : de quelles marges disposait-on (encore) pour continuer à proposer des activités collectives ?

Il fallait souvent faire preuve de beaucoup de créativité pour arriver à proposer des activités collectives aux citoyens...



Action et Recherche Culturelles asbl, active dans la promotion et la protection des droits culturels. L'association ARC qui lutte, entre autres, contre les politiques qui créent de la pauvreté culturelle – souvenez-vous comment le secteur culturel a été traité durant la crise du coronavirus, avec ses activités considérées pour la plupart comme non essentielles – a continué à proposer des événements publics sur toute la durée de la pandémie... Du moins, pour l'antenne bruxelloise<sup>11</sup> et dans les brèches du confinement. Parmi les événements proposés : festival de musique, donnerie spéciale rentrée scolaire, différents projets comme « Raconte-moi ton quartier » ou « Perles de liberté », festival de contes, lancement de la revue « Permanences critiques », Université des Immenses, Semaine « Femmes et précarité », Soirée « Conditions générales : quels outils de sensibilisation ? », etc. Précisions : dans une des salles de l'ARC, on pouvait ainsi accueillir vingt personnes. Le Covid Safe Ticket (CST) n'a pas été imposé.

*Mais continuer à proposer des activités  
dans une situation comme celle que nous avons connue,  
est-ce un défi ou de la créativité ?*

La période, comme dans toute situation difficile, demande nécessairement de se **montrer inventif**. Mais **cela demande aussi de la ténacité** pour mener à bien tout projet collectif. Les personnes qui participent à l'organisation de la Zinneke Parade en savent quelque chose...





## La Zinneke Parade, un événement maousse à nul autre pareil

La Zinneke Parade est née à l'occasion de « Bruxelles 2000, capitale européenne de la culture ». Derrière la volonté de célébrer la diversité et la richesse culturelle de la capitale, on recense plusieurs objectifs : **provoquer la rencontre et le lien entre les différents quartiers, les différentes communautés** de Bruxelles, **favoriser l'interaction entre les différents acteurs des tissus sociaux-culturels** bruxellois.

La démarche comprend une dynamique artistique visant à favoriser la rencontre des citoyens et des structures – qu'elles soient culturelles, associatives, pédagogiques ou sanitaires – avec des artistes. Le but est d'organiser une grande parade faisant la part belle à l'espace public, un enjeu important du projet.

*« L'objectif, c'est essayer de produire quelque chose qui puisse être un objet commun.  
Et ensuite, de se voir, d'être ensemble et d'arriver un moment dans l'espace public. »*

Depuis 2000, ce grand cortège, folklorique et surréaliste<sup>12</sup>, envahit les rues du centre de Bruxelles tous les deux ans, avec une thématique différente à chaque édition. En 2022, le thème était « Trompe l'œil ». L'évènement, qui se tient généralement un après-midi du mois de mai, nécessite presque un an et demi de préparation.

Le 14 mai 2022 a eu lieu la douzième édition de la Zinneke Parade, quatre années après la précédente. La parade de 2020, Covid oblige, n'avait pas eu lieu...

## Un investissement important au service de la cause


« *Pendant la pandémie, nous avons été très actifs et nous avons usé, voire abusé des réunions Zoom puisque nous étions en télétravail. Les réunions de la Z Team se sont faites par visio-conférence, de même que le travail avec les Zinnodes* » souligne Véronique Depiesse de la Coordination artistique de la Zinneke Parade (Z Team).

Une Zinnode est un groupe qui participe à l'organisation de la Zinneke Parade. Elle réunit plusieurs partenaires à un niveau local (services et associations) dont les membres vont défiler le jour de la parade. La préparation se fait à travers plusieurs ateliers étalés sur plusieurs mois.

« *Nous avons proposé à toutes de chercher les moyens de concrétiser, d'une manière ou d'une autre, leur trajectoire* », poursuit Véronique Depiesse. **Les Zinnodes** ont joué le jeu et ont été inventives. **Elles ont produit des vidéos et des chansons, cousu des masques en tissu, créé une boîte de jeu** comme l'a fait la Zinnode des Marolles. D'autres encore ont envoyé des cartes postales ou sont allées **chanter pour les personnes âgées au pied de leur maison de repos**. La plupart des Zinnodes ont réussi à terminer leur processus avec quelque chose.

Au printemps 2022, la Zinneke Parade, cet événement festif collectif qui offre un spectacle magnifique, a rassemblé 70.000 spectateurs<sup>13</sup>. La parade met généralement en scène une vingtaine de projets, développés et soutenus par les Bruxellois et Bruxelloises, des partenaires et des artistes.

Que retire-t-on  
de ce que l'on peut faire ensemble ?



« C'est un ami avec qui je danse qui m'a amenée à participer à la Zinneke Parade. Je suis allée voir et j'ai tout de suite aimé. J'ai voulu faire de la musique et j'ai appris à faire du tambour au sein de ma Zinnode. J'ai rencontré d'autres personnes qui habitaient de l'autre côté de la ville, et cela mettait bien une heure pour arriver là-bas avec les transports en commun. Mais c'était bien, très convivial. J'aime beaucoup et c'est vraiment un chouette processus : **il faut se préparer en groupe parce qu'il faut que ce soit synchronisé, il faut faire ensemble. Ça peut être beau ; tu peux aimer ou ne pas aimer... Mais la parade en elle-même dans les rues de Bruxelles, voir toutes les personnes qui sont présentes ce jour-là, c'est magnifique, quelle joie ! Avec la parade, j'ai découvert des endroits de Bruxelles que je ne connaissais pas, j'ai découvert la musique. La communication entre les gens se passe bien. Le jour de la parade, tout le monde est bien habillé, il y a vraiment une chouette ambiance. Participer à la Zinneke Parade est une expérience inoubliable. »**

Une autre citoyenne, **simple spectatrice au départ devenue au fil des ans une participante très engagée**, souligne cependant que le processus n'est pas toujours des plus simples puisqu'il faut, avec des citoyens et des publics venant d'horizons différents, préparer la parade. Dans sa Zinnode, il y avait des personnes venant d'un centre pour personnes handicapées, des résidents d'une maison de repos, des étudiants, etc. De « **chouettes liens** » se sont noués **entre ces publics qui n'ont que peu l'occasion de se rencontrer dans la vie quotidienne. Ces liens, la solidarité, la bienveillance, le partage, l'objectif commun de participer à un événement grandiose dans l'espace public, et le plaisir qu'on en retire**, voilà tout ce qui ancre sa participation à la Zinneke Parade.

« Normalement, dix à douze ateliers sont nécessaires pour arriver à quelque chose qui soit suffisamment abouti pour qu'on puisse aller dans la rue et en tirer beaucoup de plaisir. »

Les manifestations collectives telles que la Zinneke Parade  
sont-elles un bon moyen de rester en lien ?...

... Et de faire du bien au corps et à la tête ?



## Les folklores wallons, de belles occasions de fêter ensemble ?

Parlez de la Fête de l'Amour, tout le monde pensera à la Saint-Valentin.  
Parlez de la Ville de l'Amour, tout le monde pensera à Paris. Ou à Venise...

Pourtant, il existe en Belgique, Ecaussinnes la « Cité de l'Amour », ainsi surnommée à cause du « Goûter Matrimonial » qui s'y déroule chaque année depuis 1903. Ce goûter est la fête de l'Amour, du rapprochement, de la mise en couple. En réalité, son histoire remonte à bien plus loin que 1903.

**Au départ**, le Goûter Matrimonial est une fête paysanne qui célèbre la fertilité. Ecaussinnes, village agricole, rural, célébrait donc cette fête qui avait lieu vers le solstice d'été. Comme fête de fertilité, elle était aussi l'occasion de réunir les filles et les garçons. Comme symbole, les garçons allaient chercher un arbre de mai...

Les filles répondaient à cette offrande en leur offrant un goûter.

**En 1903**, Marcel Tricot, un habitant qui était imprimeur, constatant qu'il y avait de moins en moins de personnes qui participaient au goûter, a voulu le relancer avec une affiche qui a fait scandale à l'époque. En gros, elle disait que les jeunes filles d'Ecaussinnes étaient désespérées de ne pas trouver de maris. Et elles invitaient les garçons des environs à venir les rencontrer parce que certaines étaient sur le point de coiffer Sainte-Catherine. C'est-à-dire qu'elles allaient avoir 25 ans et devaient alors porter un chapeau montrant qu'elles étaient célibataires. L'affiche était signée « Les 60 jeunes filles à marier de la commune ». L'annonce fut envoyée à différents journaux du pays.

### L'Arbre de Mai

Tradition multiséculaire, fort présente dans nos régions et en Europe sous des formes variées, qui consiste à planter un arbre au mois de mai. Cette tradition est liée au retour de la frondaison (pousse des feuilles sur les arbres et les arbustes) et à la fertilité.

Actuellement à Ecaussinnes, c'est une société secrète de garçons (la Bachelorie) qui va chercher un arbre pour le planter dans le lieu consacré.

Bien évidemment, les jeunes filles en question n'étaient pas au courant de cela. Résultat ? Grand scandale et Marcel Tricot, accusé de publicité tapageuse. Mais... cela a surtout marché et relancé la manifestation.

Marcel Tricot menait ses réunions dans un café des environs qui était tenu par une « vieille fille » de 32 ans. Elle lui a dit : « Si vous relancez votre goûter, je serai votre Présidente ». Depuis lors, le Goûter Matrimonial a une Présidente, secondée par quatre Demoiselles d'honneur. C'est pratiquement le seul événement des folklores wallons qui soit féminin<sup>14</sup>. Ailleurs, ce sont les hommes qui officient, et les femmes n'y tiennent généralement pas de rôle actif.

## L'Amour, un grand dénominateur commun ?

En plus d'un siècle d'existence depuis sa relance, le Goûter Matrimonial n'a été interrompu qu'en de rares occasions. Les deux premières interruptions correspondent aux deux Guerres mondiales et, la dernière, au Covid-19. Après deux années d'absence, la 107ème édition du goûter a eu lieu en 2022. Son organisation est assurée par « Les Amis du Folklore » d'Ecaussinnes. L'association regroupe une vingtaine **d'Ecaussinnois motivés et dynamiques qui ont tous un lien avec le goûter d'une manière ou d'une autre**. Pour le collectif, si la traversée de la crise a aussi été plus difficile que pour d'autres, celle-ci ne l'a cependant pas mis K.O.

Mélanie Detournay, présidente des Amis du Folklore : « *Nous avons la chance d'être un groupe de personnes qui nous entendons très bien à la base. Nous avons attendu impatientement que la situation s'améliore : nous avons nourri vraiment beaucoup d'espoir pour que le goûter soit maintenu, surtout en 2021. Mais finalement, cela n'a pas été possible et nous avons attendu. Pour garder ce lien entre nous, pour les fêtes de fin d'année par exemple, nous avons, mon compagnon et moi, été rendre visite et offrir un petit cadeau à chaque bénévole. Parce que nous sommes vraiment un groupe d'amis et que nous nous entendons vraiment bien* ».



Et quand les règles sanitaires étaient moins strictes, le groupe a pu organiser son traditionnel barbecue, avec l'objectif, durant la pandémie, de garder le lien entre les uns et les autres et la motivation. Ses membres ont aussi utilisé les moyens de communication numérique et des petits mots sur son compte Facebook.

Actuellement, le Goûter Matrimonial est une parenthèse de trois, quatre jours de fête, c'est-à-dire un week-end, avec le lundi, jour du goûter. Différentes activités sont prévues au programme, mixant découverte de l'histoire locale et du patrimoine écaussinnois, des activités destinées aux familles comme la marche aux flambeaux<sup>15</sup> et, bien sûr, celles tournant autour de l'amour : speed-dating, atelier « Séduction », effeuillage coquin, etc.

Et côté Amour, ça marche ?... Des couples se forment et reviennent ensuite pour le dire... Mais, au niveau des Amis du Folklore, il n'y a pas de suivi de couples.

Les Ecaussinnoises particulièrement sont très fières de cette manifestation et elles sont plongées dedans depuis qu'elles sont toutes jeunes. Entre 16 ans et 25 ans, elles reçoivent toutes une lettre les invitant à se présenter à l'élection de la Présidente et des Demoiselles d'honneur.

*Est-il plus facile de garder et recréer du lien  
dans un petit groupe de personnes que dans un grand ?*





## Pas meilleur remède que le Doudou de Mons ?

Le « Doudou » est un terme générique qui regroupe plusieurs manifestations qui se déroulent durant le week-end de la Trinité : la Procession du Car d'Or ; le Combat dit « Lumeçon » ; la Descente de la Châsse de Sainte-Waudru (la Sainte protectrice de la Ville de Mons) ; le Petit Combat dit « Lumeçon ». Celui-ci tombe généralement entre la mi-mai et la mi-juin. En 2022, c'était le 12 juin.

Le Doudou commence le samedi soir, avec la descente de la Châsse de Sainte-Waudru, la Patronne de la Ville de Mons. La Châsse est suspendue toute l'année au-dessus dans la Collégiale de Mons. Elle est donc descendue ce samedi-là au cours d'une cérémonie très solennelle. La fonction de cette descente : c'est la transmission de la part de l'autorité religieuse vers l'autorité civile des reliques (dans la Châsse) pour qu'elles puissent être « processionnées » le lendemain dans la cité en toute sécurité.

**Vient ensuite** la Procession du Car d'Or<sup>16</sup> le lendemain dimanche : la Châsse contenant les reliques de Sainte-Waudru est posée sur un magnifique char d'apparat datant de la fin du 18<sup>e</sup> siècle, qui est tiré par six chevaux de trait : « **Il s'agit de notre quatrième char et il tient fort aux cœurs des Montois**, explique Emmanuel Godefroy, président de l'asbl La Procession du Car d'Or. Il est un symbole de cette procession et c'est pour ça qu'on la désigne ainsi ». La procession sillonne les rues de la ville le dimanche matin sur environ 4 km. Elle se termine par « La montée du Car d'Or » : elle doit passer par une petite rue très pentue surnommée « La Rampe de Sainte-Waudru » qui jouxte la Collégiale.

*« La tradition populaire veut que si le Car d'Or ne remonte pas cette rampe d'une seule traite, le malheur s'abattra sur la ville l'année suivante, souligne le président. Normalement, vu le poids de l'attelage, deux chevaux devraient suffire largement. Mais on en met six. Et puis, **derrière le Car d'or, il y a des milliers de Montois qui viennent pousser** à ce moment-là. »*

Après la remontée du Car d'Or a lieu le Combat dit Lumeçon qui oppose Saint-Georges au Dragon (symbolise la victoire de la Foi sur le Mal) sur la Grand-Place de Mons. Le Petit Combat dit « Lumeçon » a lieu le dimanche qui suit celui de la Trinité et il est destiné aux enfants.

## Un événement cher au cœur des Montois

« **Les 1.600 costumes** (ndlr : de l'époque Renaissance) **sont tous réalisés par notre équipe de couturières et couturiers dont la plupart sont des bénévoles.** Pour l'organisation de la Procession du Car d'Or, nous avons en tout et pour tout un couturier qui est employé à deux tiers temps. Nous n'avons pas de personnel administratif, donc juste ce couturier qui est encadré par une sérieuse équipe de bénévoles qui fabriquent, entretiennent et nettoient les costumes. **C'est un travail énorme qui dure toute l'année.** »

« **C'est vraiment la fierté de l'organisation de la procession de Mons,** contrairement à d'autres processions très belles aussi, mais qui louent leurs costumes. Chez nous, nous sommes fiers de développer ça. Cela engendre des collaborations super intéressantes au niveau cohésion sociale. »

### Quelques chiffres

Plus ou moins 50.000 personnes présentes pour l'édition 2022 du Doudou. Avant le covid, on en recensait plus ou moins 50.000.

Pour la Procession du Car d'Or, on compte plus ou moins 1.500 participants costumés.

Et environ 400 bénévoles pour l'encadrement de l'événement.

Le Doudou est aussi une occasion de partager les réalités de l'actualité et de la société...

« **La procession de Mons souhaitait rendre hommage,** ou en tout cas faire un clin d'œil plus qu'appuyé, **au personnel soignant qui avait tenu le choc.** Mais nous voulions le faire avec intelligence. Il se fait qu'une des écoles nous avait sollicités pour créer un groupe avec ses élèves et ses professeurs qui souhaitaient participer.

Nous nous sommes aperçus que Saint-Luc était le Saint-Patron de médecins et du personnel soignant (...) *Les costumes de ce groupe ont été conçus et réalisés avec les élèves des sections technique et professionnelle de cette école et avec notre vestiaire.* »

« *Le Doudou attire des gens de toute la Belgique, voire de plus loin. Cette année, j'ai rencontré des personnes qui venaient de Cuba, d'Angleterre, du Canada. J'ai aussi rencontré un couple de Japonais. Je crois qu'à ce niveau-là, la reconnaissance du Doudou de Mons comme patrimoine immatériel de l'Unesco a fait beaucoup. Les gens qui voyagent cherchent des événements de qualité et, nous, cela nous réjouit de faire découvrir nos traditions à d'autres.* »

Qu'y a-t-il derrière les rassemblements festifs ?  
Pourquoi aimons-nous fêter ensemble ?





## Quel carnaval à La Louvière !


Les médias et les offres touristiques focalisent souvent l'attention sur certains carnivals comme celui des Gilles de Binche, celui de Malmédy ou encore celui des Blancs-Moussis à Stavelot, en oubliant de rappeler que presque chaque ville et village en Belgique a son propre carnaval.

Ainsi en est-il pour la Ville de La Louvière dont le carnaval s'étale sur plusieurs jours. Il y a d'abord les trois soumonces qui sont en quelque sorte les répétitions du carnaval. La « soumonce en batterie » a lieu huit semaines avant le carnaval. « A cette occasion, les participants portent le sarrau de toile bleue, la casquette, les sabots et l'apertintaille. Toutes les sociétés de Gilles participent à cette soumonce.<sup>17</sup> » Cinq semaines avant le carnaval, c'est au tour de « la soumonce en musique » d'être organisée. Enfin, quinze jours avant le carnaval, c'est « la soumonce costumée », en musique également, durant laquelle toutes les sociétés se travestissent. Cette dernière soumonce est en réalité la répétition générale du carnaval.

*« Ce sont des occasions de faire des grosses guindailles, de grosses fêtes, explique Anne Löwenthal, Louviéroise participante depuis de nombreuses années. En fait, ce sont les Gilles qui sortent et on dit qu'ils appellent le printemps parce qu'ils martèlent le sol avec leurs sabots. »*

**Après** les soumonces vient le carnaval en lui-même (à la mi-carême) qui dure trois jours : le dimanche, le lundi et le mardi. Mercredi, il y a ce qu'on appelle « le raclot », journée destinée aux « survivants » des journées précédentes : des gens se réunissent pour manger des harengs et cie. Force est de constater qu'au bout de trois jours de fête, il n'y a plus beaucoup de personnes pour continuer.

**Ces fêtes tournent vraiment autour du folklore du Gille**, personnage hiératique et solennel, qui est en quelque sorte le grand prêtre d'une célébration et d'une tradition multiséculaire.



« L'essence même du folklore du Gille est la célébration du retour du printemps. Le Gille exorcise l'hiver, réveille le sol endormi par le martèlement de ses sabots, il agite un rameau de brindilles de saule enserrées qui ne demandent qu'à bourgeonner, c'est son "ramon".<sup>18</sup>»

Anne Löwenthal : « *Les Gilles circulent dans les rues et les gens les regardent. Et parce qu'il y a de la musique, on aime bien faire les pas de Gilles avec eux.* »

## Grosses retrouvailles pour grosses guindailles

Le carnaval est aussi, et surtout pour certains, **une occasion de se retrouver entre amis pour faire la fête.**

« Nous sommes un groupe de vingt à trente amis et amies et nous nous retrouvons chaque année pour le carnaval. Ce que j'aime dans le carnaval, c'est qu'il offre une occasion de **revoir tout le monde, car les gens reviennent à La Louvière pour faire le carnaval.** »

« Notre groupe d'amis s'organise pour **avoir un lieu où nous poser de temps en temps** pendant le carnaval **et manger ensemble.** Autrement, nous sommes en rue pendant trois jours et, là, on meurt d'épuisement. Cette année, nous avons loué une salle au premier étage d'un café. »

« Nos repas sont constitués de sandwiches ou, comme le lundi du carnaval, de ce que nous avons préparé à l'avance et partageons à ce moment-là. Ce sont aussi des moments où certains d'entre nous s'endorment un peu sur leur chaise. »





Le carnaval est généralement très attendu.

« *Nous décomptons les jours avant le carnaval, c'est un moment très important pour nous. C'est comme un Noël en famille que nous attendons avec énormément d'impatience. Sans vouloir faire de l'angélisme, ce sont vraiment des moments où tout le monde fait la fête ensemble. Ce sont de très bonnes ambiances festives et très alcoolisées.* »

« *Le carnaval est très important pour les Gilles. Certaines personnes se privent de vacances parce qu'elles financent leur carnaval.* Parce que cela coûte cher : il faut louer le costume, il faut recevoir chez soi, il faut payer la cagnotte, il faut payer les oranges, etc. Cela représente un budget important surtout lorsqu'on est une famille et que le père y participe avec les enfants... »

Le carnaval a beaucoup manqué lors de la crise sanitaire car les éditions 2020 et 2021 n'ont pas eu lieu.

« Cela a vraiment été dramatique : j'ai des amis louviérois qui ont pleuré parce que le carnaval ne pouvait avoir lieu. »

En résumé, le carnaval de La Louvière...

« *C'est un moment où on se retrouve entre vieux amis* avec lesquels on n'est pas forcément d'accord sur tout. En réalité, *c'est une espèce de gros bain de bienveillance.* C'est un peu comme les retraites qu'on fait en rhéto : *on revient sur un petit nuage.* Il y a quelque chose de cet ordre-là. »

Faire la fête, c'est bien. Cependant...



Faut-il absolument fêter ensemble pour être bien ?  
Quels sont les autres moyens de faire pour être bien ensemble ?



## Fêter ensemble, pas si anodin que cela y paraît

Lorsque l'isolement et la solitude ne sont pas choisis, et imposés comme ils ont pu l'être pendant le Covid, ils sont durs à vivre et peuvent dégrader la santé. Beaucoup ont malheureusement eu l'occasion de l'expérimenter entre 2020 et 2022. Des études ont montré les émotions négatives que, pratiquement tous, nous avons ressenties, à certains moments plus que d'autres. Parallèlement à cela, il faut bien souligner que des stratégies ont été développées tous azimuts pour lutter contre ces maux modernes de notre village planétaire. Il n'empêche que ces stratégies n'ont pas toujours été suffisamment efficaces pour toucher chaque citoyen, chaque citoyenne ou certains groupes de la population (personnes isolées, vulnérables, âgées, jeunes, etc.). Il faut néanmoins souligner que malgré l'aide apportée par la technologie numérique, la plupart du temps, quand les mesures sanitaires ont pu être assouplies, les individus et les collectifs, quels qu'ils soient, n'ont souvent pas ménagé leurs efforts pour se retrouver, en présentiel, autour des objectifs et activités partagés. Il est vrai que cela fait du bien de se retrouver avec ses proches (famille et amis), avec ses collègues, et retrouver les moments de sociabilité habituels. Cependant qui ne reconnaîtra pas tenir particulièrement à un ou quelques événements festifs qui font individuellement et collectivement du bien au moral ?

Olivier Luminet, professeur de psychologie de la santé à l'Université catholique de Louvain (UCLouvain) et de psychologie des émotions à l'Université Libre de Bruxelles (ULB)<sup>19</sup> : « *Le besoin de connexion sociale est un besoin fondamental. Pour vivre, il y a des besoins physiques : manger, boire, dormir. Si ces besoins ne sont pas rencontrés, nous n'allons pas survivre. Des psychologues ont montré qu'au niveau psychologique aussi, il y a des besoins fondamentaux. Parmi ceux-ci, il y a ce besoin de connexion. Le fait d'en avoir été privé a vraiment eu une incidence directe sur notre santé mentale et notre santé physique : ne pas être connecté aux autres peut aussi nous rendre plus vulnérables aux maladies physiques. Il y a vraiment un besoin de rattrapage par rapport à ce besoin fondamental* ».

Au manque du besoin de connexion sociale s'ajoute celui du besoin d'autonomie comme décider librement des activités à faire (par exemple, des sorties (cinéma), inviter des amis à manger, etc.).

Toute une série d'activités qui paraissaient aller de soi ont soudainement été empêchées. Comme l'explique Olivier Luminet, le blocage des besoins de connexion et d'autonomie pendant si longtemps explique en partie les dégâts actuels sur notre santé psychologique.

Selon le psychologue, les grandes festivités, des activités comme le carnaval sont des événements extrêmement importants.

*« Il ne faut pas les réduire simplement à l'amusement. Effectivement, quand on s'y rend, on s'amuse bien, ce qui est en soi très important. Et ressentir des émotions positives est bénéfique. Mais il y a aussi d'autres choses qui sont vraiment de l'aspect vital. Pour un individu, c'est un peu comme si on le privait de sommeil, de nourriture et d'eau que de l'empêcher de participer à des événements festifs comme ceux-là. Certains ont un peu oublié ces aspects-là ou ne se rendent pas compte de leur importance. C'est pour ça qu'il faut vraiment revaloriser et réexpliquer toute la valeur et l'importance de ces manifestations. Le repli sur soi a été sévère et long. De nombreuses personnes rencontrent encore des difficultés pour en sortir. Elles restent encore très prudentes, frileuses à l'idée de participer à des événements comme ceux-là. Il est important de trouver des moyens pour rassurer les plus anxieux d'y participer. Parce que si ces personnes-là ne sont pas aidées, elles risquent, pendant plusieurs années encore, de ne participer à aucun événement festif. »*

La motivation des Bruxellois avec la Zinneke Parade,  
des Ecaussinnois avec le Goûter Matrimonial et des Montois avec le Doudou  
n'est-elle pas contagieuse ?

**Cependant**, le plus important est que ceux et celles qui le souhaitent participent aux événements festifs qui leur font du bien. Il ne s'agit nullement d'en faire une nouvelle norme sociale et imposer à tous d'aller ou de participer à des fêtes. Beaucoup de personnes se portent bien ou très bien sans y participer. Il est en effet possible de participer, s'investir et s'épanouir avec d'autres personnes, dans d'autres types d'activités ou autour d'autres centres d'intérêt. Être et faire ensemble doivent avant tout demeurer un plaisir.

1. <https://citations.ouest-france.fr/citation-aristote/homme-etre-sociable-nature-fait-606.html>.
2. En raison du manque de l'immunité collective et de la nature hautement contagieuse du virus (DU FOUR J., *Epidémie Covid-19 et isolement social des personnes âgées vivant à domicile*, UCLouvain - Faculté de santé publique, 2020-2021, p. 9 (Mémoire pour un Master en sciences de la santé publique, finalité spécialisée)).
3. DU FOUR J., *Epidémie Covid-19 et isolement social des personnes âgées vivant à domicile*, UCLouvain - Faculté de santé publique, 2020-2021, p. 16.
4. <https://www.moustique.be/actu/sante/2022/09/10/la-solitude-ronge-les-belges-cela-marrive-de-rester-deux-jours-chez-moi-sans-sortir-ni-parler-246520>.
5. <https://observatoireprevention.org/2017/05/03/lisolement-social-important-facteur-de-risque-de-mortalite-prematuree/>.
6. Ibidem.
7. NOUYRIGAT V., « Solitude : l'autre crise sanitaire » (23.06.2020), sur [Solitude : l'autre crise sanitaire \(science-et-vie.com\)](http://science-et-vie.com).
8. Depuis longtemps, le diabète est au cœur des préoccupations des Pissenlits. Parmi les activités que l'association propose, il y a le Groupe Diabète à l'initiative de nombreux projets.
9. DU FOUR J., *Epidémie Covid-19 et isolement social des personnes âgées vivant à domicile*, UCLouvain - Faculté de santé publique, 2020-2021, p. 12.
10. Ibidem, p. 14.
11. La situation a été très différente d'une antenne à l'autre. Outre Bruxelles, l'ARC compte une antenne à Liège et une antenne à Namur.
12. Zinneke Parade 2022, sur <https://www.bruxelles.be/zinneke-parade#:~:text=Le%20samedi%2014%20mai%202022,les%20boulevards%20de%20la%20capitale>.
13. Chiffres de la police de Bruxelles.
14. C'est la Présidente qui invite au Goûter Matrimonial. C'est aussi elle qui prononce un discours dont les thèmes sont variés, liés aux préoccupations du moment qu'elles soient locales, nationales ou internationales.
15. La marche au flambeau a lieu le dimanche soir. Des artistes sont placés à différents endroits stratégiques qui ont un intérêt historique ou patrimonial.
16. En termes d'organisation, il s'agit de la procession la plus importante des Francophones du pays et la deuxième en Belgique après la Procession de Bruges, en termes du nombre de participants.
17. [Les Soumonces — Site de La Louvière](#)
18. [Le Laetare — Site de La Louvière](#)
19. Il est aussi : directeur de recherche auprès du Fonds belge pour la Recherche Scientifique (FRS-FNRS) et membre du groupe d'experts « Psychologie et corona » et co-président du groupe permanent « santé mentale » auprès du conseil supérieur de la santé.



**Publications** de l'asbl Question Santé autour de la même thématique « Liens sociaux » :


- *Internet, mes ami·e·s, mes relations et moi...*, 2020.
- *Les grands-parents d'aujourd'hui, de nouveaux héros ?*, 2020.
- *Familles, je vous aime*, 2019.
- *Tiens je ne me/je ne te voyais pas comme ça*, 2019.
- *Que sont nos repas (de famille) devenus ?*, 2018.
- *Handicap et fratries. Les « enfants de l'ombre » entrent dans la lumière*, 2018.
- *La ville est à nous. Qu'en faisons-nous ?*, 2017.
- *J'ai un peu décidé que je serai heureuse*, 2017.
- *Être un(e) pote pour quelqu'un ?*, 2014.

**Sur la thématique** « Recréer du collectif » : voir aussi le Dossier thématique annuel Bruxelles Santé « Recréer du collectif : gage de santé mentale et sociale », asbl Question Santé, 2022-2023.

Le document que vous tenez en main ou affichez sur votre écran est destiné à susciter le débat ou la prise de conscience, aider à la compréhension des enjeux, développer nos capacités d'analyse critique, tout cela dans une optique de participation et d'émancipation.

Vous n'y trouverez pas de solutions toutes faites ni de points de vue définitifs sur un sujet ou une problématique.

Plus qu'une publication, il s'agit d'un outil d'éducation permanente.



Si l'isolement et la solitude sont appréciés par certaines personnes, ils le sont cependant moins par la plupart d'entre nous (surtout quand ils sont imposés et durent).

Les mesures sanitaires prises à cause du Covid-19 ont isolé et renforcé le sentiment de solitude comme jamais auparavant. Le stress, la dépression, les idées noires, le mal-être ont augmenté. Parler au téléphone, échanger sur des réseaux sociaux en ligne, se voir en visio ou grâce à une application mobile telle que W... ont fait du bien.

Mais continuer à être et faire ensemble a été plus soutenant.

Les collectifs qui composent notre société en témoignent.

Les festivités, grandes ou petites, ne nous le disent-elles ?

Le Covid peut-il être plus fort que ce qui nous permet de faire société ?

Un virus, aussi terrible soit-il, peut-il nous priver de notre envie de continuer à faire ensemble ?



Cette publication s'adresse à tous les publics.  
Elle est téléchargeable sur le site [www.questionsante.org](http://www.questionsante.org)  
Edition 2022

