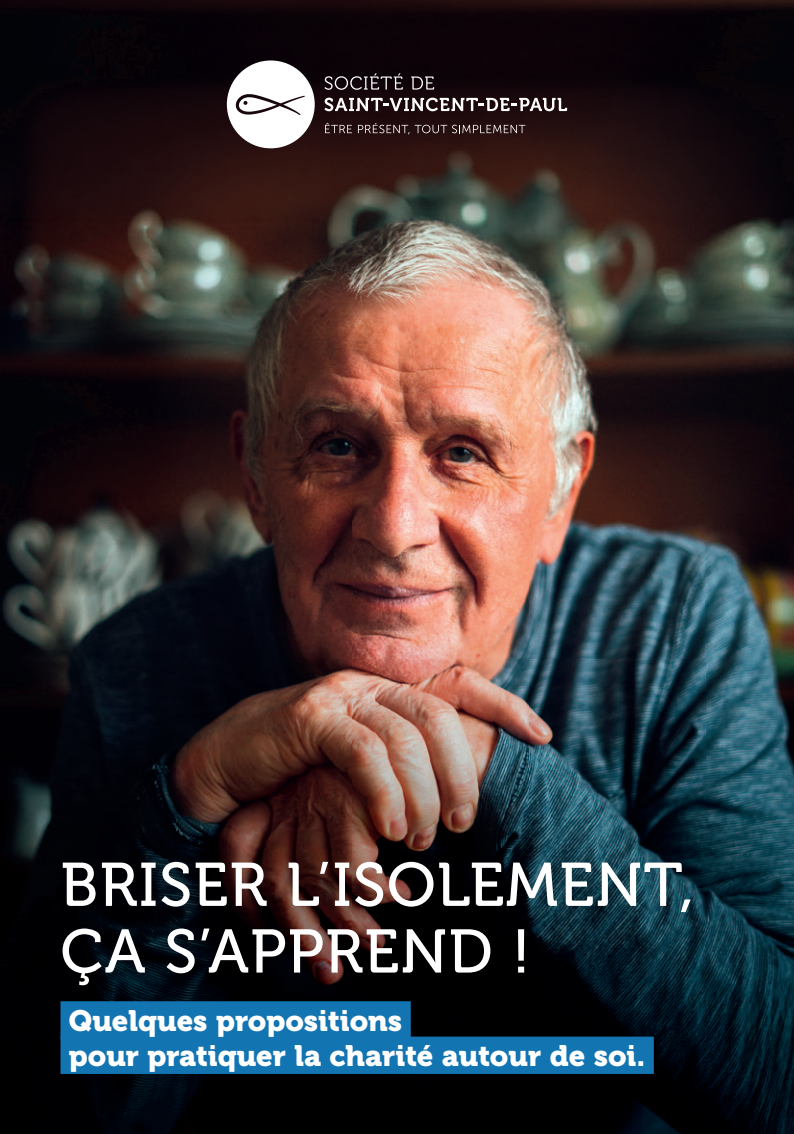
SOCIÉTÉ DE
SAINT-VINCENT-DE-PAUL
ÊTRE PRÉSENT, TOUT SIMPLEMENT



BRISER L'ISOLEMENT, ÇA S'APPREND !

Quelques propositions pour pratiquer la charité autour de soi.

IDENTIFIER L'ISOLEMENT

Nous avons tous, à certains moments de notre vie, besoin que quelqu'un vienne à notre rencontre.

À la Société de Saint-Vincent-de-Paul, nous sommes convaincus que la charité ne se résume pas à donner quelque chose. **Elle commence par être fidèle à un engagement, offrir de son temps, de son attention, de sa présence dans la durée.**

Aujourd'hui, près de **10 millions de personnes en France souffrent de solitude chronique** selon le baromètre Ifop pour Astrée (2024).

Ce carnet vous invite à faire un premier pas pour briser « la pandémie de solitude ». (Pape Léon XIV)

« Il le vit et fut saisi de compassion. »

(Luc 10, 33)

Mais derrière un chiffre, il y a toujours des visages.

- Une personne âgée qui ne reçoit plus de visite.
- Un jeune qui n'ose plus appeler ses amis.
- Une mère seule dont les journées sont pourtant bien remplies.
- Une personne qui vient de perdre son conjoint, son emploi, ses repères.
- Quelqu'un qui a déménagé et ne connaît encore personne dans son nouveau quartier.

RECONNAÎTRE LES SIGNES

Parfois, la solitude ne dit pas son nom. Une personne peut être isolée sans jamais dire qu'elle se sent seule.

Quelques signes peuvent nous inviter à être attentifs :

- La personne paraît dépressive, renfermée ou au contraire, elle dit souvent que tout va bien, mais ne prend pas l'initiative d'appeler ou de proposer des sorties.
- Elle décline les invitations, même pour des activités simples et accessibles.
- Elle parle beaucoup du passé et semble avoir peu d'occupations dans le présent ou de projets pour les jours à venir.



« Les pauvres sont nos maîtres. »

Saint Vincent de Paul

S'intéresser et prêter attention à la personne, ce sont les premiers gestes de la charité.

Chaque personne a quelque chose à offrir.

› Son histoire • Sa présence • **Sa dignité unique.**



SE RENDRE DISPONIBLE À UNE RENCONTRE FRATERNELLE

Il est difficile pour une personne isolée de demander de l'aide.

Que faire alors, comment aller vers elle ?
Dans la simplicité du rapport humain.



« Va, et toi aussi, fais de même. »

(Luc 10, 37)

› Un café • Une course • Une promenade • Une visite • Un appel.

Quelques mots pour commencer :

- « Je pensais à vous. Comment allez-vous vraiment ? »
- « Cela vous ferait-il plaisir que je passe vous voir ? »
- « Je vais faire un tour au marché, voulez-vous venir avec moi ? »
- « Je voulais simplement prendre de vos nouvelles. »

Écoutons.

La personne n'a peut-être pas besoin d'une solution. Elle a peut-être d'abord besoin de quelqu'un qui reste là. Le Bon Samaritain ne commence pas par demander à l'homme blessé ce qui lui est arrivé.

› Il s'arrête • Il s'approche • Il voit • Il prend soin.

VIVRE LA CHARITÉ FIDÈLEMENT

Une présence régulière et fidèle peut changer une vie.

C'est souvent une histoire qui se construit dans le temps, un temps donné gratuitement.

› Un appel chaque semaine
• Une visite régulière
• Un repas partagé
• Une carte envoyée pour un anniversaire
• Une invitation à rejoindre un groupe.

Si la personne refuse ou ne répond pas, ne nous décourageons pas.
La confiance a besoin de temps.

La charité n'est pas une performance. Elle est une fidélité qui se construit dans le temps.



« La charité ne doit jamais regarder en arrière, mais toujours en avant, parce que [...] les misères présentes et futures qu'elle doit consoler sont infinies. »

Frédéric Ozanam, lettre à Léonce Curnier, 23 février 1835



FAIRE APPEL
À NOS BÉNÉVOLES

Vous connaissez quelqu'un qui est seul ?

- Une personne âgée de votre quartier ;
- Un voisin qui ne sort plus ;
- Une personne qui vient de vivre un deuil ;
- Quelqu'un qui semble avoir perdu tout contact avec les autres.

Vous pouvez nous en parler.
Les équipes locales de la Société de Saint-Vincent-de-Paul peuvent rechercher avec vous la manière la plus juste de prendre contact.



J'avais faim, et vous m'avez donné à manger ; j'avais soif, et vous m'avez donné à boire ; j'étais un étranger, et vous m'avez accueilli. »

(Matthieu 25, 35)

Vous pouvez indiquer cette page à une personne qui a besoin d'aide :

www.ssvp.fr/jai-besoin-daide

ou vous pouvez prendre contact avec l'équipe locale proche de chez vous :

www.ssvp.fr/ou-nous-trouver

VIVRE LA CHARITÉ ENSEMBLE

Seul, on peut faire un geste mais, ensemble, on peut faire durer une présence. C'est cela, être bénévole à la Société de Saint-Vincent-de-Paul.

Au sein de la Société de Saint-Vincent-de-Paul, vous pouvez par exemple :

- participer à des visites à domicile ;
- rejoindre une maraude ;
- accueillir chacun inconditionnellement dans un Café Sourire ;
- participer à l'aide alimentaire ;
- rejoindre une équipe locale et inventer avec elle de nouvelles façons de créer du lien.

C'est ainsi que la Société de Saint-Vincent-de-Paul cherche, depuis ses origines, à faire vivre **une charité de proximité :** rencontrer, écouter, accompagner, fraterniser.

Et si, comme nos bénévoles, vous commenciez près de chez vous ?



Rejoignez-nous !

Je découvre le bénévolat à la Société de Saint-Vincent-de-Paul :
www.ssvp.fr/devenir-benevole

« Les Vincentiens s'attachent à établir des rapports de confiance et d'amitié. Connaissant bien leurs propres faiblesses et leur fragilité, leur cœur bat à l'unisson de l'autre. Ils ne jugent pas ceux qu'ils servent. Au contraire, ils essayent de les comprendre comme un frère. »

Société de Saint-Vincent-de-Paul, article 1.9 de la Règle de la Confédération Internationale

Conception : Alteriade • Photos : Société Saint-Vincent-de-Paul - Ephoto Dam - Einden - Mathilde Rimbault - Renata Sedmakova / Shutterstock - troyanphoto / Adobestock

SOCIÉTÉ DE
SAINT-VINCENT-DE-PAUL
ÊTRE PRÉSENT, TOUT SIMPLEMENT

120, avenue du Général Leclerc • 75014 Paris
www.ssvp.fr

IMPRIM'VERT

SSVP_FRP2610_8P