



Église Adventiste du 7^e Jour Mouvement de Réforme Association EASJMR

Siège : 11 Rue de Viry - 91600 Savigny-sur-Orge

Tél : + 33 1 69 24 81 78 / +33 6 38 31 05 91 - Email : info@asjmr.fr - Site : www.asjmr.fr

Département de la santé

Chers frères, sœurs et amis

Il est difficile d'échapper à ce sujet en cette période troublée par ce coronavirus, COVID-19, d'entendre ces mots qui nous étaient inconnus il y a quelques semaines et désormais prononcés au quotidien !

Nous voulons cependant afficher une position claire en tant qu'église et faire quelques rappels.

1. Gardez-vous de toute présomption

« Il en est qui se jettent à corps perdu dans des situations périlleuses et qui s'exposent à des tentations dont ils ne peuvent sortir indemnes que par un miracle de Dieu. Ce sont là des comportements présomptueux qui ne plaisent pas au Seigneur. Le Sauveur du monde a fait face et a résisté avec fermeté à la tentation de Satan qui l'incitait à se jeter depuis le pinacle du temple. » (The Review and Herald, 8 avril 1880 ; Our High Calling 95)

Quand Satan a cité la promesse, " Il donnera des ordres à ses anges à ton sujet", il a omis les mots, "pour te garder dans toutes Tes voies" : c'est-à-dire dans toutes les voies choisies par Dieu. Jésus a refusé de sortir du chemin de l'obéissance. Tout en manifestant une parfaite confiance en son Père, il ne se plaçait pas sans invitation dans une position qui aurait nécessité l'intervention de son père pour le sauver de la mort. Il n'obligeait pas la Providence à venir à son secours et ne donnait donc pas à l'homme l'exemple d'un manque de confiance et de soumission (*le mot fail en anglais n'apparaît pas bien dans la traduction automatique et cela change tout le sens*). (The Signs of the Times, December 10, 1902)

« La présomption revendique elle aussi des promesses, mais elle s'en sert, comme Satan, pour justifier le péché » (JC p.109)

Chers amis, frères et sœurs, Dieu ne nous sauvera pas de notre imprudence volontaire ou de notre négligence. L'on entend parfois « Dieu nous protège ! Que pourrait-il nous arriver ? » Mais Dieu pourrait-il nous protéger de nous-mêmes ? de notre propre folie ? Un chrétien est une personne raisonnable qui fait sa part et compte sur Dieu pour ce qu'il ne maîtrise pas.

2. Respectez les autorités

a. Enseignements de la Bible

« Que toute personne soit soumise aux autorités supérieures ; car il n'y a point d'autorité qui ne vienne de Dieu, et les autorités qui existent ont été instituées de Dieu. C'est pourquoi celui qui s'oppose à l'autorité résiste à l'ordre que Dieu a établi, et ceux qui résistent attireront une condamnation sur eux-mêmes. » Romains 13 : 1 et 2

b. Enseignements de la sœur White

« L'apôtre indiquait nettement l'attitude que les croyants devaient observer envers les autorités. « Soyez soumis, disait-il à cause du Seigneur, à toute autorité établie par les hommes, soit au roi comme souverain, soit aux gouverneurs comme envoyés par lui pour punir les malfaiteurs et approuver les gens de bien... » 1 Pierre 2 : 13-15 » CP p. 467

« *Rendez donc à César ce qui est à César et à Dieu ce qui est à Dieu.* » Marc 12 : 17

« [Christ] avait établi un grand principe qui définit clairement les limites entre les devoirs de l'homme à l'égard du gouvernement civil et ses devoirs envers Dieu » (JC p.599)

« Ce conseil sera particulièrement utile à ceux qui devront aller dans des endroits difficiles. Nous ne devons jamais donner l'impression de défier les autorités, et ne rien faire qui puisse être interprété d'une certaine manière comme de la mauvaise volonté. » (Manuscrit Releases 2 : 194 (1898))

Chers amis, frères et sœurs, n'autorisons personne à montrer du doigt notre église comme étant rebelle ou incitant à la désobéissance, car, d'une façon certaine, cela ne s'oppose nullement à la volonté de Dieu.

3. Se protéger soi-même et protéger les autres

Le principe de la quarantaine en cas de maladies infectieuses est très ancien comme nous pouvons le lire dans les chapitres 13 et 14 de Lévitique.

Voici une merveilleuse occasion de travailler notre patience ! Et de nous remettre en question sur notre mode de vie, sur notre rythme d'activité... De consacrer du temps à autre chose (*lecture, musique, écriture, rangement cuisine, jardinage même sur balcon, etc.*), de renouer quelques relations avec d'anciens amis, de prendre des nouvelles... De resserrer les liens familiaux ou d'apprendre à se supporter en famille...

Mais nous vous invitons également à appliquer les gestes d'hygiène préconisés par l'OMS :

- Se laver fréquemment les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon
- Éviter les contacts proches
- Maintenir une distance d'au moins 1 mètre avec les autres personnes, en particulier si elles toussent, éternuent ou ont de la fièvre.
- Éviter de se toucher les yeux, le nez et la bouche.
- Respecter les règles d'hygiène respiratoire
- Se couvrir la bouche et le nez avec le pli du coude ou avec un mouchoir en cas de toux ou d'éternuement – jeter le mouchoir immédiatement après dans une poubelle fermée et se laver les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon.
- Tenez-vous informés et suivez les conseils de votre médecin
- Tenez-vous au courant des dernières évolutions concernant la COVID-19. Suivez les conseils de votre médecin, des autorités de santé nationales et locales ou de votre employeur pour savoir comment vous protéger et protéger les autres de la COVID-19.

4. Mesures de prévention

La meilleure méthode de se protéger et protéger les autres c'est de rester chez soi !
Renforcez votre système immunitaire !

Voici quelques conseils pour renforcer l'immunité :

- Supplémentation de vitamine C (doses efficaces entre 1 et 3 g/jour)
- Supplémentation de vitamine D quotidienne (400 UI) à privilégier la D3
- Tisane d'échinacée
- Propolis pure pendant 2 à 3 semaines (1 à 3 g/jour)
- Utilisez des huiles essentielles en faisant très attention aux instructions d'utilisation parce que ce sont des produits puissants
 - Thym, écorce de cannelle, giroflier, origan, arbre à té
- Dormez bien
- Soyez vigilants et responsables !
- Diminuez le stress !
Le stress diminue les défenses immunitaires ainsi comme la panique.

“Des nations s'agitent, des royaumes s'ébranlent ; Il fait entendre sa voix : la terre se fond d'épouvante. L'Éternel des armées est avec nous, Le Dieu de Jacob est pour nous une haute retraite”

Psaumes 46 : 7 et 8

5. En cas de contamination

a. Symptômes

Les symptômes les plus courants de la COVID-19 sont la fièvre, la fatigue et une toux sèche. Certains patients présentent des douleurs, une congestion nasale, un écoulement nasal, des maux de gorge ou une diarrhée. Ces symptômes sont généralement bénins et apparaissent de manière progressive. Certaines personnes, bien qu'infectées, ne présentent aucun symptôme et se sentent bien. La plupart (environ 80 %) des personnes guérissent sans avoir besoin de traitement particulier. Environ une personne sur six contractant la maladie présente des symptômes plus graves, notamment une dyspnée. Les personnes âgées et celles qui ont d'autres problèmes de santé (hypertension artérielle, problèmes cardiaques ou diabète) ont plus de risques de présenter des symptômes graves. Toute personne qui a de la fièvre, qui tousse et qui a des difficultés à respirer doit consulter un médecin. – tirée de l'OMS

Le port du masque est obligatoire en cas de symptômes respiratoires et il doit être changé normalement toutes les 4 h.

Si les symptômes s'aggravent contactez le SAMU.

b. Aide au soulagement

Si vous commencez à vous sentir mal, même si vous n'avez que des symptômes bénins comme des maux de tête et un faible écoulement nasal, restez chez vous jusqu'à la guérison.

Portez un masque pour protéger vos proches en la changeant dès qu'il est humide.

Éviter d'entrer en contact avec d'autres personnes et de se rendre dans des établissements de santé permettra à ces établissements de fonctionner plus efficacement et vous protégera, ainsi que les autres personnes, de la COVID-19 et d'autres maladies virales.

En cas de fièvre, de toux et de difficultés respiratoires, consultez un médecin sans tarder, car il peut s'agir d'une infection respiratoire ou d'une autre affection grave. Appelez votre médecin et indiquez-lui si vous avez récemment voyagé ou été en contact avec des voyageurs. – tirée de l'OMS

Si votre cas ne nécessite pas d'hospitalisation, évitez si possible le recours aux médicaments chimiques. Vous pouvez utiliser les moyens naturels suivants :

- Contrôler votre fièvre en faisant des bains de siège froid, ou bains dans une eau à 30°C
- Prenez des tisanes de Reine des prés pour faire baisser la fièvre
- Faire des inhalations d'eucalyptus, menthe pour dégager les voies respiratoires

6. Les fausses nouvelles

Plusieurs vidéos et articles sensationnalistes circulent à ce sujet. Avant de les partager avec les autres, assurez-vous de la véracité en faisant des recherches, vérifiez la date de publication, assurez-vous que la source soit fiable et que les personnes soient aptes à donner leurs avis !

Partageons des mots d'encouragement et d'espoir. Contactez vos proches, vos amis, les frères et sœurs isolés pour prendre des nouvelles sur leur état de santé et besoins. Employons nos réseaux sociaux pour partager des messages d'espoir, de confort, que viendront à la rencontre avec les difficultés de ces temps.

7. Liens utiles

Cette lettre a été rédigée le 26 mars 2020. Informez-vous régulièrement sur les mesures prises par le gouvernement de votre pays de résidence.

Belgique : <https://www.belgium.be/en>

France : <https://www.gouvernement.fr>

Suisse : <https://www.admin.ch>

Pour ceux qui sont en France ... pensez à votre autorisation de sortie !

*“ Vous servirez l'Éternel, votre Dieu, et il bénira votre pain et vos eaux,
et j'éloignerai la maladie du milieu de toi.”*

Exode 23 : 25

Salutations fraternelles,

Équipe responsable du département de santé de l'association ASJMR