

A- Entretenir sur le long terme un « état d'esprit » (pour soi, pour les autres...)

1- **Mettre à distance tout ce qui angoisse, panique, paralyse...**

La charge mentale destructrice d'une hypermédiatisation du danger, à l'image des chiffres de mortalité qui n'ont aucun sens puisqu'ils ne sont ni mise en perspective ni reliés à quelque chose de sensé, est à combattre. On ne convainc pas par la peur (langage guerrier que semble abandonner Macron).

2- **Pensez les choses dans la Complexité** : dans la continuité de la pensée d'Edgar Morin[1] et d'autres : « *vivre c'est naviguer dans un océan d'incertitude et savoir se ressourcer sur quelques îlots de certitude* »

« *L'imprévu est certain d'arriver ... Restons dans une incertitude tranquille...* » [2]

« *Camus nous enseigne cette prudence des anciens grecs, plaide pour une posture fondamentalement humaine de « révolte » permanente, au cœur de l'inchangement irréductible de toute chose. Adopter une telle posture faite d'humilité, d'écoute et d'essais, plutôt que d'orgueil, de certitude et d'efficacité en direction d'on ne sait quoi, reviendrait à vivre de nouveau ce que furent tempérance et modération pour les grecs. On peut supposer si ce n'est espérer qu'au travers même de son horreur, la crise du coronavirus nous réapprenne une telle posture* » [3]

3- **Accepter de changer nos paradigmes habituels**, nos comforts intellectuels, nos grilles de lecture, sans renier bien sûr la vision « d'une terre habitable par tous » ... Mais comment attendre que « les gens changent », toujours les autres (aussi bien les hommes de pouvoir que nos concitoyens), si rien ne change chez nous aussi ... Faire l'exercice proposé par Bruno Latour ? [4]

4- **Relayer les solutions, les « possibles »** : *l'essentiel, pour l'instant, n'est pas de trouver des coupables pour « expliquer » ce qui arrive, mais d'identifier les problèmes en les priorisant et de participer à les résoudre*, [3]. On a besoin de créativité [5]

B- Les petits îlots de certitude concernant cette maladie

1- **Une épidémie globalement « peu grave »**, malgré tout ce qu'elle bouleverse [6]et en nette régression en France et en Europe [7]

2- **Une prévention à consolider autour de deux ou trois gestes barrières** qui semblent efficaces : le lavage des mains, la distance sociale (quelques mètres les uns des autres) tout en évitant les regroupements trop longs. Le port du masque reste très discutables dans son efficacité les masques (?) ...

3- **Aider à renforcer « un sentiment de contrôle et de sécurité »** où tout ce que les gens « croient » que cela les protège est bon (masque fait main, thé chaud, huile essentielle) tant que cela ne nuit pas (comme certaines automédications...) La puissance du cerveau et son action sur l'immunité est sans doute largement sous-estimée...

[1] Edgar Morin : « Nous devons vivre avec l'incertitude ». CNRS Le journal. 6 avril 2020

[2] Edgar Morin : « Cette crise nous pousse à nous interroger sur notre mode de vie, sur nos vrais besoins masqués dans les aliénations du quotidien ». Le Monde. 19 avril 2020

[3] Laurent Bibard : « Penser l'après : "En quoi Camus est-il indispensable pour nous aider à sortir de la crise ?" ». The conversation, 17 avril 2020.

[4] Bruno Latour : <https://aoc.media/opinion/2020/03/29/imaginer-les-gestes-barrieres-contre-le-retour-a-la-production-davant-crise/>

[5] Guy Parmentier. « Comment la créativité peut aider à surmonter la crise du Covid-19 ». The conversation, 30 mars 2020.

[6] Ignacio López-Goñi. « Dix informations rassurantes à propos du coronavirus ». The conversation, 4 mars 2020

[7] Jean François Toussaint. Le confinement généralisé serait-il une erreur ? UP Magazine, 12 avril 2020.

- 4- **Stopper toutes infos anxiogènes**, favoriser l'intelligence collective
- 5- **Sortir du confinement** et inventer une distanciation sociale biologiquement efficace et humainement respectueuse, sans discrimination et/ou exclusion. La stratégie médicosociale qui semble efficace passe par la pratique de tests (PCR et Sérologie) avec isolement des cas détectés et reprise de la vie économique sociale [8]
- 6- **Suivre l'actualité thérapeutique** : le vaccin (peut-être ? [9]), la transfusion d'anticorps probablement, [10]. Rien d'autre de sérieux en vue pour l'instant...

6- Repenser l'organisation du système de santé

- 1- autour des préconisations de André Grimaldi [11]...
- 2- Dans les coopérations facilitées et une refondation des liens entre la ville et l'hôpital

C- S'investir plus activement et concrètement dans toutes les initiatives locales de coopération et d'entraides

- 1- Cela rend des services concrets et c'est toujours cela de gagné ...
- 2- La crise va peser très lourd pour les tout ceux qui subissaient déjà les conséquences des inégalités sociales [12]
- 3- Ce seront des îlots de résistance vis-à-vis de mesures autoritaires ou discriminatoires qui pourraient surgir (Cf Omar B)
- 4- Ce seront peut-être les points de départ de coordinations futures qui pourraient peser (à la manière des gilets jaunes ?)

D- Poursuivre l'intelligence collective par les lectures et les échanges pour une compréhension de la situation nationale et internationale

- 1- **rester « vigilants » sur ce qui pourrait être porteur d'avenir**
 - le mouvement associatif « le jour d'après » ? [13]
 - les mesures de la Conférence Citoyenne pour le Climat ? [14]
 - Le document « Retour à la Terre » (Dominique Bour) [15]

Globalement se rapprocher d'initiatives qui oeuvrent à des « rapprochements » plutôt qu'à des divisions...
- 2- **ne pas lâcher la lecture plus « politique »**
 - quel courant ? quel candidat pourrait fédérer et peser ? Jadot ? Ruffin [16]? en capacité de coiffer sur le poteau Macron en 2022 devant Marine Le Pen ?
 - suivre la reprise des municipales qui vont sans doute repartir à « Zéro » en septembre ?
- 3- **pas de changement politique sans rapport de force** et pression sociale massive et organisée [17]

E- Préservez nos proches : Famille et Amis ?

Chacun sait faire... à sa manière !

[8] Eric Muraille, Jean Philippe Plateau. « Covid-19 : comment une stratégie de doubles tests permettrait de sortir du confinement et de relancer l'économie ». The conversation, 19 avril 2020.

[9] Yves Lévy : « Si le SARS-CoV-2 persiste, seul un vaccin pourra diminuer le risque de pandémie ». The conversation, 14 avril 2020

[10]. [INSERM : Coviplasm : tester l'efficacité de la transfusion de plasma de patients, 05 AVRIL 2020

[11] André Grimaldi COVID19 : la colère d'André Grimaldi. Le Monde, 3 avril 2020-

[12] Didier Fassin. « L'illusion dangereuse de l'égalité devant l'épidémie ». Collège d'France, 16 avril 2020.

[13] <https://www.oxfamfrance.org/agir-oxfam/plus-jamais-ca-ensemble-pour-jour-dapres/>

[14] <https://www.conventioncitoyennepourleclimat.fr/>

[15] <http://lapenseeecologique.com/propositions-pour-un-retour-sur-terre/>

[16] <https://francoisruffin.fr/lan-01/>

[17] Didier Fassin. « Ce n'est pas d'en haut qu'il faut espérer du changement ». 22 MARS 2020