



DECALOGO COMBONIANE

per la Comunicazione Digitale

Una guida spirituale e pratica per portare
il Vangelo nelle periferie digitali



PROTEGGERE



FORMARE



UNIRE

10 Principi • 10 Moduli Formativi

Tempo stimato: 50 minuti

Disponibile in 5 lingue



SUORE MISSIONARIE COMBONIANE

Centro Comunicazione Comboniane

© 2026 • www.comboniane.org

Français

DÉCALOGUE COMBONIEN POUR LA COMMUNICATION NUMÉRIQUE

MODULE 1 : DISCERNEMENT ÉVANGÉLISTEUR

Réflexion Spirituelle

Question centrale : *Cette communication annonce-t-elle le Royaume et édifie-t-elle la communauté ?*

En tant que missionnaires comboniennes, nous sommes appelées à discerner si ce que nous communiquons en ligne :

- Annonce l'Évangile et la bonté de Dieu
- Édifie la communauté et promeut la communion
- Témoigne de notre charisme missionnaire
- Apporte espérance et lumière dans les périphéries numériques

De l'Écriture : "Tout ce qui est vrai, noble, juste, pur, aimable, honorable, tout ce qui est vertu et mérite louange, que tout cela soit l'objet de vos pensées" (Ph 4,8)

De notre Charisme : Saint Daniel Comboni nous invite à "Régénérer l'Afrique avec l'Afrique". Dans le numérique, nous sommes appelées à régénérer le monde virtuel avec des contenus qui portent la vie.

Cas Pratique

Situation : Vous voyez sur les réseaux sociaux une nouvelle controversée sur l'Église qui génère beaucoup de commentaires négatifs. Vous voulez la partager pour informer les sœurs.

Questions pour le discernement :

-  Cette information édifie-t-elle ou divise-t-elle ?
-  Est-elle vérifiée et provient-elle de sources fiables ?
-  Mon intention est-elle d'informer ou de générer la polémique ?
-  Comment peut-elle contribuer à l'annonce du Royaume ?
-  Quel message d'espérance puis-je ajouter ?

Action correcte : Avant de partager, vérifiez la source, considérez l'impact, et si vous décidez de partager, ajoutez un commentaire qui apporte lumière et espérance.

Mini-Quiz

1. Avant de publier quelque chose, est-ce que je me demande si cela édifie la communauté ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois

- ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - Le discernement doit être constant dans notre communication numérique.

2. Est-ce que je vérifie les sources des nouvelles que je partage ?
- ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - La véracité est fondamentale pour une communication responsable.

3. Mes contenus en ligne témoignent-ils du charisme combonien ?
- ☐ Oui, consciemment
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je n'y pense pas

Réponse correcte : Oui, consciemment - Chaque publication doit refléter notre identité missionnaire.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

Avant de publier tout contenu, je m'arrêterai et poserai ces trois questions :

1. Annonce-t-il le Royaume de Dieu ?
2. Édifie-t-il la communauté ?
3. Témoigne-t-il de notre charisme ?

Seulement après ce discernement, je publierai.

MODULE 2 : IDENTITÉ MISSIONNAIRE

Réflexion Spirituelle

Principe : *Chaque publication reflète notre vocation combonienne*

Quand nous communiquons en ligne, nous portons avec nous :

- Notre identité de Sœurs Missionnaires Comboniennes
- Le charisme reçu de Saint Daniel Comboni
- La responsabilité envers l'Institut et la mission
- Le témoignage de la vie consacrée missionnaire

Du Magistère : "Les consacrés sont appelés à être des experts en communion, des témoins et des artisans de cette communion qui est le projet de Dieu" (Vita Consecrata, 46)

Plan de Communication : "Privilégier des contenus inspirants, motivants et qui promeuvent des messages d'espérance - Partager des mises à jour sur les activités, initiatives et événements de l'institut"

Cas Pratique

Situation : Vous voulez créer un compte Instagram personnel pour partager vos expériences en mission.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Comment me présenter ? Seulement avec mon nom ou comme SMC ?
- ☒ Quel type de contenus partagerai-je ?
- ☒ Est-ce que je représente seulement moi-même ou aussi l'Institut ?
- ☒ Ai-je informé ma Supérieure Provinciale ?
- ☒ Mes contenus reflètent-ils la vie consacrée missionnaire ?

Du Plan de Communication : "Les communautés locales individuelles ne sont pas autorisées à initier de manière autonome des canaux de communication numérique distincts au nom de l'Institut/Province. Si vous souhaitez partager des contenus relatifs à vos activités, vous êtes invitées à les transmettre à l'équipe de communication de votre Province."

Action correcte : Coordonnez avec l'équipe de communication de votre Province. Si vous créez un compte personnel, soyez claire sur votre identité et assurez-vous que les contenus reflètent toujours les valeurs de la vie consacrée.

Mini-Quiz

1. Quand je publie sur les réseaux sociaux, suis-je consciente que je représente l'Institut ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je n'y pense pas

Réponse correcte : Toujours - Notre identité combonienne nous accompagne en tout temps, même en ligne.

2. Mes profils sociaux reflètent-ils clairement mon identité combonienne ?
 - ☐ Oui
 - ☐ Partiellement
 - ☐ Non

Réponse correcte : Oui - Il est important que notre vocation soit visible sur nos réseaux.

3. Est-ce que je coordonne mes contenus avec l'équipe de communication de la Province ?

- ☐ Toujours
- ☐ Parfois
- ☐ Jamais

Réponse correcte : Toujours - La communion et la coordination renforcent notre mission communicative.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Réviser mes profils sociaux pour m'assurer qu'ils reflètent mon identité combonienne
- Contacter l'équipe de communication de ma Province pour offrir ma collaboration
- Avant de publier, me demander : "Ce contenu honore-t-il ma vocation ?"

MODULE 3 : DIGNITÉ HUMAINE

Réflexion Spirituelle

Principe : *Nous honorons l'image divine de chaque personne en ligne*

Chaque personne que nous rencontrons dans le monde numérique est :

- Créée à l'image et à la ressemblance de Dieu
- Digne de respect, même si nous pensons différemment
- Méritante d'un langage qui honore sa dignité
- Un frère ou une sœur en Christ

De l'Écriture : "Dieu créa l'homme à son image ; à l'image de Dieu il le créa : homme et femme il les créa" (Gn 1,27)

Du Plan de Communication : "Utiliser du matériel visuel de haute qualité, respectueux et digne - Toujours demander le consentement avant de partager des photos/vidéos de personnes"

Cas Pratique

Situation : Pendant une mission, vous avez pris de belles photos d'enfants locaux que vous aimeriez partager pour montrer le travail de la mission et attirer des bienfaiteurs.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Ai-je le consentement des parents/tuteurs pour publier ces photos ?
- ☒ Les images respectent-elles la dignité des enfants ?
- ☒ Est-ce que j'évite les stéréotypes ou les représentations misérabilistes ?
- ☒ Les légendes honorent-elles les personnes photographiées ?
- ☒ Est-ce que j'utilise ces images de manière instrumentale ?

Du Plan de Communication - Vie privée : "Ne pas partager de données sensibles ou d'informations réservées sans autorisation - Obtenir le consentement avant d'identifier visuellement ou de mentionner des personnes - Accorder une attention particulière à la protection des mineurs et des personnes vulnérables"

Action correcte : Obtenez toujours le consentement écrit, utilisez des images qui montrent les personnes dans leur dignité (pas seulement la souffrance), racontez des histoires qui donnent voix et protagonisme aux personnes elles-mêmes.

Mini-Quiz

1. Avant de publier des photos de personnes, est-ce que je demande toujours le consentement ?
 - ☐ ☐ Toujours
 - ☐ ☐ Parfois
 - ☐ ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - Le consentement est un droit fondamental que nous devons respecter.

2. Mes images évitent-elles les stéréotypes et les représentations misérabilistes ?
 - ☐ ☐ Toujours
 - ☐ ☐ Parfois
 - ☐ ☐ Je n'y fais pas attention

Réponse correcte : Toujours - Nous devons montrer la dignité pleine des personnes, pas seulement leur besoin.

3. Est-ce que j'utilise un langage qui honore la dignité de chaque personne ?
 - ☐ ☐ Toujours
 - ☐ ☐ Parfois
 - ☐ ☐ Je dois m'améliorer

Réponse correcte : Toujours - Nos paroles doivent refléter le respect pour l'image de Dieu en chaque personne.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Ne jamais publier de photos de personnes (spécialement de mineurs) sans consentement explicite
- Réviser les images que j'utilise pour m'assurer qu'elles respectent la dignité des personnes
- Raconter des histoires qui donnent le protagonisme aux personnes, pas seulement à notre œuvre

MODULE 4 : TRANSPARENCE RESPONSABLE

Réflexion Spirituelle

Principe : *Nous partageons avec prudence et soin pastoral*

La transparence dans la communication signifie :

- Être véridiques dans l'information que nous partageons
- Toujours indiquer les sources des contenus
- Respecter la vie privée et la confidentialité
- Équilibrer ouverture et prudence

De l'Écriture : "Que votre parole soit : 'Oui, oui', 'Non, non' ; ce qui est en plus vient du Mauvais" (Mt 5,37)

Du Plan de Communication : "Les personnes et structures citées dans un article doivent donner l'autorisation d'utiliser leur nom. Indiquer la source d'un article, même s'il provient de la Congrégation, quand on le partage"

Cas Pratique

Situation : Vous voulez partager le témoignage d'une sœur sur son expérience difficile en mission pour sensibiliser aux besoins du lieu.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Ai-je la permission de la sœur pour partager son histoire ?
- ☒ Ai-je changé les noms si nécessaire pour protéger l'identité ?
- ☒ Est-ce que je respecte les informations sensibles ou réservées ?
- ☒ Est-ce que j'indique clairement la source de l'information ?
- ☒ Le partage peut-il créer des problèmes à la communauté locale ?

Du Plan de Communication - Publications et Interviews : "Les interviews, témoignages, interventions publiques sont coordonnés avec la Supérieure Provinciale. Il est également souhaitable de distinguer les opinions personnelles des implications institutionnelles"

Action correcte : Demandez toujours la permission, distinguez entre opinions personnelles et positions institutionnelles, protégez les informations sensibles, indiquez toujours les sources.

Mini-Quiz

1. Est-ce que j'indique toujours la source quand je partage des contenus d'autres ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - Reconnaître la source est un acte d'honnêteté et de respect intellectuel.

2. Est-ce que je demande la permission avant de partager des témoignages ou histoires personnelles ?
- ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je n'y pense pas

Réponse correcte : Toujours - Les histoires personnelles appartiennent à ceux qui les vivent ; nous avons besoin de leur consentement.

3. Sais-je distinguer entre l'information que je peux partager et celle qui est réservée ?
- ☐ Oui, clairement
 - ☐ Parfois j'ai des doutes
 - ☐ J'ai besoin de formation

Réponse correcte : Oui, clairement - Le discernement sur ce qu'il faut partager est fondamental, mais en cas de doute, toujours consulter.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Toujours indiquer la source des articles, images et contenus que je partage
- Demander la permission explicite avant de partager des histoires personnelles
- En cas de doute sur la confidentialité d'une information, consulter avant de publier

MODULE 5 : PAROLES DE VIE

Réflexion Spirituelle

Principe : *Notre langage sème l'espérance et guérit les blessures*

Nos paroles en ligne ont le pouvoir de :

- Donner la vie ou causer la mort
- Guérir les blessures ou en ouvrir de nouvelles
- Semer l'espérance ou le découragement
- Construire des ponts ou ériger des murs

De l'Écriture : "Qu'aucune parole mauvaise ne sorte de votre bouche, mais plutôt des paroles bonnes qui peuvent servir pour une opportune édification, profitant à ceux qui écoutent" (Ep 4,29)

Du Plan de Communication : "Notre langage sème l'espérance et guérit les blessures - Éviter les commentaires offensants ou tout à fait inopportuns"

Cas Pratique

Situation : Un article en ligne sur l'Église a généré des commentaires très critiques et offensants. Vous sentez le besoin de répondre pour défendre la vérité.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Mon ton est-il de dialogue ou de confrontation agressive ?
- ☒ Est-ce que j'utilise un langage qui respecte aussi ceux qui pensent différemment ?
- ☒ Ma réponse sème-t-elle l'espérance ou augmente-t-elle la polémique ?
- ☒ Est-ce que je réponds avec la charité évangélique ?
- ☒ Est-il nécessaire de répondre ou vaut-il mieux garder le silence ?

Du Plan de Communication - Gestion des controverses : "Garder le calme et ne pas répondre de manière impulsive aux commentaires négatifs - Chercher à résoudre les conflits avec patience, compréhension et respect"

Action correcte : Faites une pause, priez, discernez s'il est nécessaire de répondre. Si vous répondez, utilisez un langage respectueux, centré sur la vérité mais avec charité, qui ouvre au dialogue.

Mini-Quiz

1. Est-ce que je relis mes messages avant de les publier pour vérifier le ton ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - Relire nous aide à assurer que nos paroles construisent, ne détruisent pas.

2. Est-ce que j'évite le sarcasme et le langage qui peut blesser ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je dois m'améliorer

Réponse correcte : Toujours - Le sarcasme et l'ironie négative n'ont pas leur place dans notre communication évangélisatrice.

3. Mes paroles en ligne sèment-elles l'espérance ?
 - ☐ Oui, consciemment
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je n'y pense pas

Réponse correcte : Oui, consciemment - Chaque parole doit être intentionnelle dans le semis de l'espérance.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Avant de publier un commentaire, le relire et se demander : "Ces paroles donnent-elles la vie ?"
- Éviter le sarcasme, l'ironie négative et le langage qui peut blesser
- Répondre aux commentaires négatifs seulement après une pause de prière et de discernement

MODULE 6 : COMMUNION FRATERNELLE

Réflexion Spirituelle

Principe : *Nous recherchons le dialogue et l'accompagnement communautaire*

La communication numérique combonienne est :

- Communautaire, pas seulement individuelle
- Dialogique, pas monologuante
- Inclusive, pas exclusive
- Coordonnée, pas fragmentée

De l'Écriture : "Là où deux ou trois sont réunis en mon nom, je suis au milieu d'eux" (Mt 18,20)

Du Plan de Communication : "Renforcer le sens d'unité et d'appartenance entre toutes les sœurs - Favoriser le dialogue et la collaboration entre les différents niveaux de gouvernement"

Cas Pratique

Situation : Vous avez une idée brillante pour une campagne sociale sur la mission de votre communauté et vous voulez la lancer immédiatement.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Ai-je partagé cette idée avec ma communauté ?
- ☒ Ai-je consulté l'équipe de communication de la Province ?
- ☒ L'initiative est-elle coordonnée avec les objectifs communicatifs provinciaux ?
- ☒ Est-ce que j'agis en communion ou de manière isolée ?
- ☒ Ai-je demandé le discernement communautaire ?

Du Plan de Communication : "Les communautés locales individuelles ne sont pas autorisées à initier de manière autonome des canaux de communication numérique distincts au nom de l'Institut/Province"

Action correcte : Partagez l'idée avec la communauté, contactez l'équipe de communication provinciale, cherchez le discernement et l'accompagnement communautaire avant d'agir.

Mini-Quiz

1. Est-ce que je partage mes initiatives communicatives avec la communauté ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - La communication communautaire renforce notre mission commune.

2. Suis-je en contact avec l'équipe de communication de ma Province ?
 - ☐ Oui, régulièrement
 - ☐ Parfois
 - ☐ Non

Réponse correcte : Oui, régulièrement - La coordination assure la cohérence dans notre communication institutionnelle.

3. Est-ce que je cherche le discernement communautaire avant les initiatives importantes ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ J'agis seule

Réponse correcte : Toujours - Le discernement communautaire éclaire nos décisions et renforce la communion.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Contacter l'équipe de communication de ma Province pour offrir ma collaboration
- Partager en communauté mes idées communicatives avant de les mettre en œuvre
- Ne pas créer de nouveaux canaux sociaux sans coordination provinciale

MODULE 7 : SOIN PASTORAL

Réflexion Spirituelle

Principe : *Nous protégeons spécialement les plus vulnérables*

Comme pasteurs dans le numérique, nous sommes appelées à :

- Protéger les mineurs et les personnes vulnérables
- Être attentives aux contenus qui peuvent nuire
- Créer des espaces numériques sûrs
- Dénoncer les abus et les contenus inappropriés

De l'Écriture : "Qui accueille un seul de ces enfants en mon nom, m'accueille" (Mt 18,5)

Du Plan de Communication - Safeguarding : "Accorder une attention particulière à la protection des mineurs et des personnes vulnérables"

Cas Pratique

Situation : Vous remarquez que dans un groupe WhatsApp de la paroisse circulent des memes qui ridiculisent des personnes en situation de handicap. Certains les trouvent drôles.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Ces contenus respectent-ils la dignité des personnes vulnérables ?
- ☒ Dois-je intervenir même si les autres rient ?
- ☒ Comment puis-je le faire avec charité mais fermeté ?
- ☒ Est-ce que je protège ceux qui ne peuvent se défendre ?
- ☒ Quelle est ma responsabilité pastorale dans cet espace ?

Du Plan de Communication : "Protéger spécialement les mineurs et les personnes vulnérables dans l'environnement numérique"

Action correcte : Intervenez avec charité mais clarté, expliquez pourquoi ces contenus ne sont pas appropriés, proposez des alternatives positives, ne restez pas silencieuse face à des contenus qui blessent la dignité.

Mini-Quiz

1. Suis-je attentive à ne pas partager de contenus qui peuvent nuire aux vulnérables ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je n'y pense pas

Réponse correcte : Toujours - Notre vigilance protège ceux qui ne peuvent se protéger.

2. Est-ce que j'interviens quand je vois des contenus inappropriés dans des groupes dont je fais partie ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je préfère ne rien dire

Réponse correcte : Toujours - Notre silence peut être complice ; nous devons être une voix prophétique.

3. Est-ce que je connais les normes de safeguarding de la Congrégation ?
 - ☐ Oui
 - ☐ Partiellement
 - ☐ Non

Réponse correcte : Oui - Connaître les normes nous permet de les appliquer efficacement.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Ne JAMAIS partager de contenus qui ridiculisent ou blessent la dignité des personnes vulnérables
- Intervenir avec charité quand je vois des contenus inappropriés
- Réviser les normes de safeguarding de la Congrégation

MODULE 8 : SÉRÉNITÉ DANS LA RÉPONSE

Réflexion Spirituelle

Principe : *Nous faisons une pause pour discerner avant de répondre*

Dans le rythme frénétique du numérique, nous sommes appelées à :

- Ne pas réagir impulsivement
- Faire des pauses de discernement
- Répondre avec sagesse, pas avec immédiateté
- Maintenir la sérénité même dans les provocations

De l'Écriture : "Soyez toujours prêtes à répondre à quiconque vous demande raison de l'espérance qui est en vous. Cependant, faites-le avec douceur et respect" (1 P 3,15-16)

Du Plan de Communication : "Nous faisons une pause pour discerner avant de répondre - Garder le calme et ne pas répondre de manière impulsive"

Cas Pratique

Situation : Vous avez publié une réflexion sur la mission et vous recevez un commentaire très critique et sarcastique qui met en doute l'utilité du travail missionnaire. Vous sentez de la colère et voulez répondre immédiatement.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Est-ce que je réagis par impulsion ou avec réflexion ?
- ☒ Ai-je prié avant de répondre ?
- ☒ Ma réponse sèmera-t-elle le dialogue ou la polémique ?
- ☒ Est-il nécessaire de répondre ou vaut-il mieux laisser ?
- ☒ Puis-je transformer cette critique en opportunité de témoignage ?

Du Plan de Communication : "Sérénité dans la réponse - Éventuellement retirer les commentaires offensants ou tout à fait inopportuns"

Action correcte :

1. NE répondez PAS immédiatement
2. Faites une pause (au moins 24 heures)
3. Priez et discernez
4. Si vous répondez, faites-le avec sérénité et charité
5. Si le commentaire est offensant, vous pouvez le retirer

Mini-Quiz

1. Est-ce que j'attends au moins 24 heures avant de répondre à des commentaires provocateurs ?
 - ☐ ☐ Toujours
 - ☐ ☐ Parfois
 - ☐ ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - Le temps nous donne de la perspective et permet à l'Esprit de nous guider.

2. Est-ce que je prie avant de répondre à des situations difficiles en ligne ?
 - ☐ ☐ Toujours
 - ☐ ☐ Parfois
 - ☐ ☐ Je n'y pense pas

Réponse correcte : Toujours - La prière transforme notre réponse et nous donne la sagesse nécessaire.

3. Sais-je quand il vaut mieux ne pas répondre ?
 - ☐ ☐ Oui
 - ☐ ☐ Parfois
 - ☐ ☐ Je dois apprendre

Réponse correcte : Oui - Discerner quand le silence est plus éloquent est une sagesse importante.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Attendre au moins 24 heures avant de répondre à des commentaires négatifs ou provocateurs
- Prier avant d'écrire des réponses à des situations délicates
- Demander conseil à la communauté ou à l'équipe de communication quand j'ai des doutes

MODULE 9 : RENCONTRE AUTHENTIQUE

Réflexion Spirituelle

Principe : *Le numérique est un pont vers les relations réelles*

La communication numérique doit :

- Être un instrument, pas un substitut des relations réelles
- Favoriser la rencontre face à face
- Maintenir l'équilibre entre en ligne et hors ligne
- Conduire vers la communauté, ne pas isoler

De l'Écriture : "J'ai beaucoup de choses à vous écrire, mais je n'ai pas voulu le faire avec du papier et de l'encre ; j'espère aller chez vous et parler face à face, pour que notre joie soit complète" (2 Jn 12)

Du Plan de Communication : "Le numérique est un pont vers les relations réelles - Encourager le partage et la participation active dans un climat de respect"



Cas Pratique

Situation : Vous remarquez que vous passez beaucoup d'heures par jour sur les réseaux sociaux "pour la mission", mais vous avez de moins en moins de temps pour la prière personnelle et pour être avec la communauté.

Questions pour réfléchir :

- ☒ Le temps en ligne remplace-t-il le temps des relations réelles ?
- ☒ Est-ce que je néglige la prière pour être en ligne ?
- ☒ La communauté se plaint-elle de mon absence même quand je suis physiquement présente ?
- ☒ Est-ce que j'utilise le numérique pour éviter des relations difficiles ?
- ☒ Ai-je un équilibre sain entre en ligne et hors ligne ?

De la vie consacrée : La vie communautaire, la prière et la mission directe doivent toujours avoir la priorité sur le temps en ligne.

Action correcte : Établissez des limites claires au temps en ligne, éteignez les notifications pendant la prière et les moments communautaires, utilisez le numérique pour préparer des rencontres réelles, pas pour les remplacer.



Mini-Quiz

1. Ai-je une limite de temps quotidien pour les réseaux sociaux ?
 - ☐ Oui, je la respecte
 - ☐ Je l'ai établie mais je ne la respecte pas
 - ☐ Non

Réponse correcte : Oui, je la respecte - Les limites saines nous aident à maintenir l'équilibre vocationnel.

2. Est-ce que j'éteins le téléphone pendant la prière et les moments communautaires ?
 - ☐ Toujours

- ☐ Parfois
- ☐ Rarement

Réponse correcte : Toujours - La présence pleine dans la prière et la communauté est fondamentale.

3. Est-ce que j'utilise le numérique pour faciliter des rencontres réelles ?
- ☐ Oui
 - ☐ Parfois
 - ☐ Non, il remplace les rencontres

Réponse correcte : Oui - Le numérique doit être un pont, pas une barrière, vers la rencontre personnelle.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Établir une limite de temps quotidien pour les réseaux sociaux (ex. maximum 1 heure)
- Éteindre complètement le téléphone pendant la prière personnelle et communautaire
- Proposer au moins une rencontre réelle qui naît d'un contact numérique

MODULE 10 : TÉMOIGNAGE JOYEUX

Réflexion Spirituelle

Principe : *Nous annonçons en ligne que "Dieu est bon"*

Notre présence en ligne doit être :

- Témoignage de la joie de l'Évangile
- Annonce de la bonté de Dieu
- Signe d'espérance dans un monde découragé
- Écho du charisme combonien

De l'Écriture : "La joie du Seigneur est votre force" (Ne 8,10)

Du Plan de Communication : "Privilégier des contenus inspirants, motivants et qui promeuvent des messages d'espérance"

Du Charisme Combonien : "Ô Afrique ou Mort !" - La passion missionnaire de Comboni était alimentée par la certitude de la bonté de Dieu.

Cas Pratique

Situation : Vous voulez partager l'expérience de votre mission. Vous avez des photos de situations difficiles (pauvreté, maladie) et des photos de moments joyeux (célébrations, sourires des enfants, vie communautaire).

Questions pour réfléchir :

- ☒ Quelles images je choisis : seulement les difficultés ou aussi la joie ?
- ☒ Mon message transmet-il l'espérance ou seulement le besoin ?
- ☒ Est-ce que je montre la dignité et la résilience des personnes ?
- ☒ Est-ce que je témoigne de la joie de la vocation missionnaire ?
- ☒ Le message final est-il que "Dieu est bon" ?

Du Plan de Communication : "Diffuser des histoires d'impact positif et des exemples concrets de la mission sur le terrain - Promouvoir des valeurs comme la fraternité, la tolérance, l'amour du prochain"

Action correcte : Équilibrez les images, montrez les défis MAIS surtout l'espérance, la dignité des personnes, la beauté de la mission, la joie de la vocation. Le message final doit toujours être d'espérance.

? Mini-Quiz

1. Mes contenus en ligne transmettent-ils plus la joie de l'Évangile ou les difficultés ?
 - ☐ La joie
 - ☐ Équilibrés
 - ☐ Plus les difficultés

Réponse correcte : La joie (ou équilibrés) - Bien que nous montrions la réalité, le message prédominant doit être d'espérance.

2. Est-ce que je témoigne de la beauté de la vocation missionnaire ?
 - ☐ Oui, consciemment
 - ☐ Parfois
 - ☐ Rarement

Réponse correcte : Oui, consciemment - Notre témoignage joyeux peut inspirer des vocations.

3. Le message final de mes posts est-il que "Dieu est bon" ?
 - ☐ Toujours
 - ☐ Parfois
 - ☐ Je n'y pense pas

Réponse correcte : Toujours - Cela doit être le cœur de tout ce que nous communiquons.

Engagement Personnel

Cette semaine je m'engage à :

- Partager au moins une histoire d'espérance depuis la mission
- Témoigner publiquement de la joie de ma vocation
- M'assurer que chaque contenu porte un message final d'espérance

VOUS AVEZ COMPLÉTÉ LE DÉCALOGUE !

Félicitations pour avoir complété ce parcours de formation. Vous êtes maintenant prête à :

-  Communiquer l'Évangile dans les périphéries numériques
-  Protéger la dignité de chaque personne en ligne
-  Témoigner avec joie du charisme combonien
-  Être lumière et espérance dans le monde numérique

Prochaines Étapes

1. **Réviser vos engagements** - Revenez aux 10 engagements que vous avez pris et vérifiez comment vous progressez
2. **Partagez l'expérience** - Parlez en communauté de ce que vous avez appris
3. **Continuez la formation** - La communication numérique évolue, continuez à vous mettre à jour
4. **Soyez témoin** - Vivez ce que vous avez appris dans votre communication quotidienne

Prière Finale

*Seigneur,
que ma présence en ligne
soit comme celle de Jésus parmi les gens :
témoignage d'amour,
annonce d'espérance,
soin des plus vulnérables,
lumière dans les périphéries.*

*Aide-moi à communiquer
avec la passion de Comboni
et la joie de l'Évangile.*

Amen.

CENTRE COMMUNICATION COMBONIENNES

Pour consultations et soutien :

 comunicazione@comboniane.org

Sr. M. Immaculada Cuesta Ventura, SMC
Coordinatrice

