

Le réseau d'animation  
pastorale de l'Apel

du 26 février  
au 12 avril  
2020

# Le Carême en famille



apel

Chers parents,

Le réseau d'animation pastorale de l'Apel a conçu ce livret afin de vous aider à vivre ce temps de Carême en famille.

**Vous y trouverez les Évangiles des dimanches de Carême, ceux du mercredi des Cendres, du jeudi Saint et du jour de Pâques** pour mieux vous nourrir de la parole de Dieu.

**En lien avec ces Évangiles,**

- **des activités** à faire avec les plus jeunes enfants,

- **des phrases de réflexion** pour les adolescents afin qu'ils puissent apprivoiser ces lectures et méditer sur leurs actions et leur lien avec le Christ,

- **des prières** pour vous retrouver avec Dieu et créer ou recréer un moment de prière en famille.

Nous espérons que ce guide vous sera utile et vous permettra de mieux approfondir avec vos enfants ce temps privilégié pour cheminer jusqu'à la joie de Pâques!

## Le Carême... 40 jours de préparation

Le Carême est un temps préparatoire à la fête de Pâques qui célèbre la résurrection du Christ. Il dure quarante jours (les dimanches ne sont pas comptés), comme les quarante jours passés par Jésus dans le désert ou les quarante ans d'exode du peuple d'Israël dans le désert.

Il commence le mercredi des Cendres et se termine le samedi Saint, veille de Pâques.

Ce temps de Carême est une période privilégiée pour nous convertir et nous recentrer sur la prière, le partage et le jeûne.

La prière est un moment propice pour se rapprocher de Dieu, se mettre à son écoute et se laisser transformer par Lui.

Le jeûne, c'est se priver de nourriture mais aussi de ce qui nous attire (portable, jeux vidéo...), geste de pénitence qui nous porte à la conversion et au partage.

L'Église catholique propose deux jours de jeûne : le mercredi des Cendres et le vendredi Saint et l'abstinence de viande, les vendredis de Carême.

Le partage ou l'aumône est un don d'argent ou de soi à destination des plus pauvres, des oubliés.

Le Carême n'est pas un défi à relever, mais un moment où chacun devra se placer seul devant Dieu pour se convertir et essayer de se rapprocher de lui et des autres.



## Célébrer la résurrection du Christ

Ce temps peut être vécu collectivement en famille, au catéchisme, à l'école... Ainsi, nous pouvons nous stimuler les uns les autres dans ce chemin vers Dieu.

**« C'est un temps où nous découvrons la Parole de Dieu comme un don qui nous libère de nous-mêmes et nous fait prendre conscience que l'autre est un don. » nous dit le Pape François.**

Pour nous convertir, nous pouvons prendre des résolutions. Choisissons un effort mesurable et faisable, et aidons nos jeunes enfants à faire

de même en fonction de leur caractère et encourageons les si nous remarquons leurs efforts. Chacun, seul, peut reconnaître s'il a tenu sa résolution et ainsi remercier le Seigneur ou lui demander pardon.

**Vivons le Carême comme un temps particulier pour préparer nos cœurs à la joie pascale, et laissons-nous guider par l'Esprit !**

*Évangile selon Saint Matthieu 6, 1-6.16-18*

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples: « *Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer. Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous auprès de votre Père qui est aux cieux. Ainsi, quand tu fais l'aumône, ne fais pas sonner la trompette devant toi, comme les hypocrites qui se donnent en spectacle dans les synagogues et dans les rues, pour obtenir la gloire qui vient des hommes.*

*Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite, afin que ton aumône reste dans le secret; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. Et quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites: ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient.*

*Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. Et quand vous jeûnez, ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites: ils prennent une mine défaite pour bien montrer aux hommes qu'ils jeûnent.*

*Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage; ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des hommes, mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret; ton Père qui voit au plus secret te le rendra. »*

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**MERCREDI DES CENDRES / 26 février 2020**

Le mercredi des cendres marque le début du Carême. Lors de la messe de ce jour, le prêtre trace sur le front des fidèles une croix faite de cendre et dit: « *Convertissez-vous et croyez à l'Évangile* ». Cette cendre est donc signe de pénitence mais aussi de conversion. Les chrétiens sont appelés tout au long du chemin vers Pâques, à prier, à jeûner et à partager pour laisser davantage de place à Dieu dans leur vie. Il s'agit de balayer ses peurs, limiter son avidité pour faire rentrer la lumière du Christ dans son intérieur.

**Réflexion  
pour les ados**

Le Carême commence aujourd'hui, il nous offre l'occasion de nous tourner davantage vers Dieu. Nous avons 40 jours pour mieux prier, davantage penser aux autres, et jeûner. **Peut-être est-ce le moment de prendre un engagement pour tout le carême dans le secret de son cœur:** faire moins d'achats futiles, donner l'argent économisé à une association, voir des vidéos ou lire des livres spirituellement enrichissants, faire attention aux moqueries, aux dénigrements, pour regarder les autres sous un angle positif et reconnaître leurs qualités..

**Prière du réseau  
d'animation pastorale**

**Seigneur, tu nous aimes et tu souhaites que nous soyons heureux.**

**Pendant ce temps de carême, ouvre mon esprit pour que j'y vois clair et soutiens moi dans mon travail de conversion.**

1<sup>er</sup>  
DIMANCHE  
DE CARÊME

## Évangile selon Saint Matthieu 4, 1-11

En ce temps-là, Jésus fut conduit au désert par l'Esprit pour être tenté par le diable. Après avoir jeûné quarante jours et quarante nuits, il eut faim. Le tentateur s'approcha et lui dit : « *Si tu es Fils de Dieu, ordonne que ces pierres deviennent des pains.* » Mais Jésus répondit : « *Il est écrit : L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu.* »

Alors le diable l'emmena à la Ville sainte, le place au sommet du Temple et lui dit : « *Si tu es Fils de Dieu, jette-toi en bas ; car il est écrit : Il donnera pour toi des ordres à ses anges, et : Ils te porteront sur leurs mains, de peur que ton pied ne heurte une pierre.* » Jésus lui déclara : « *Il est encore écrit : Tu ne mettras pas à l'épreuve le Seigneur ton Dieu.* »

Le diable l'emmena encore sur une très haute montagne et lui montre tous les royaumes du monde et leur gloire. Il lui dit : « *Tout cela, je te le donnerai, si, tombant à mes pieds, tu te prosternes devant moi.* »

Alors, Jésus lui dit : « *Arrière, Satan ! car il est écrit : C'est le Seigneur ton Dieu que tu adoreras, à lui seul tu rendras un culte.* » Alors le diable le quitte. Et voici que des anges s'approchèrent, et ils le servaient.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

## 1<sup>er</sup> DIMANCHE DE CARÊME / 1 mars 2020

### Réflexion pour les ados

« **Jésus fut conduit au désert par l'Esprit pour être tenté par le diable.** » **Matthieu 4,1**

Le chemin entamé est un chemin difficile, mais Jésus, accompagné de l'Esprit Saint, marche devant nous. Il semble nous dire : « *Toi aussi, tu peux !* » Comme lui, nous pouvons accueillir l'Esprit Saint et nous laisser conduire. « *Jésus, rempli de l'Esprit Saint, quitta les bords du Jourdain ; il fut conduit par l'Esprit à travers le désert.* »

**Quel regard je porte sur moi-même ?  
Ai-je confiance en moi et en Dieu ?**

### Activité pour les petits et la famille

Cœur à cœur avec Jésus

Dessinez et découpez un cœur dans un papier un peu épais, d'au moins une douzaine de centimètres de haut. Faites 10 trous à la perceuse du côté droit du cœur, et 10 du côté gauche. L'enfant peut coller ou dessiner une image de Jésus au milieu du cœur. Préparez 40 bouts de ficelle de 10 cm de long. Comme Jésus allait souvent prier son Père, l'enfant trouve un moment pour prier, et noue ensuite une ficelle autour d'un trou. Les 40 fils représente les 40 jours de Carême. L'enfant peut nouer 2 fils par trou, ou faire un deuxième cœur.

**Retrouver un exemple sur :  
<http://bit.ly/2E8HQXm>**

**Prière de Patrice de la Tour du Pin  
(poète 1911-1975)**

**La Voix du Seigneur  
nous invite au Carême !**

**La Pâque est au bout  
de ce temps.**

**Le Seigneur nous précède  
en nous-mêmes !**

**Notre avenir est  
au-dedans !**



*Évangile selon Saint Matthieu 17, 1-9*

En ce temps-là, Jésus prit avec lui Pierre, Jacques et Jean son frère, et il les emmena à l'écart, sur une haute montagne. Il fut transfiguré devant eux ; son visage devint brillant comme le soleil, et ses vêtements, blancs comme la lumière. Voici que leur apparurent Moïse et Élie, qui s'entretenaient avec lui.

Pierre alors prit la parole et dit à Jésus : *« Seigneur, il est bon que nous soyons ici ! Si tu le veux, je vais dresser ici trois tentes, une pour toi, une pour Moïse, et une pour Élie. »* Il parlait encore, lorsqu'une nuée lumineuse les couvrit de son ombre, et voici que, de la nuée, une voix disait : *« Celui-ci est mon Fils bien-aimé, en qui je trouve ma joie : écoutez-le ! »*

Quand ils entendirent cela, les disciples tombèrent face contre terre et furent saisis d'une grande crainte. Jésus s'approcha, les toucha et leur dit : *« Relevez-vous et soyez sans crainte ! »* Levant les yeux, ils ne virent plus personne, sinon lui, Jésus, seul. En descendant de la montagne, Jésus leur donna cet ordre : *« Ne parlez de cette vision à personne, avant que le Fils de l'homme soit ressuscité d'entre les morts. »*

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

2<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÈME / 8 mars 2020**Réflexion  
pour les ados**

**« Six jours après, Jésus prend avec lui Pierre, Jacques et Jean son frère, et il les emmène à l'écart, sur une haute montagne. Il fut transfiguré devant eux. »** Jésus aide ses disciples à mieux le connaître en se retirant à l'écart avec eux. Il veut nourrir leur foi. Sur le chemin d'amour et de lumière, nous ne partons pas seuls. Jésus peut être notre guide. **Est-ce que je crois que l'amour de Dieu peut toucher ma vie pour la transformer en une vie emplie d'amour ?**

**Activité pour  
les petits et la famille**

Boîte à intentions

Prenez une boîte de fromage vide, collez sur le couvercle, un rond de papier épais pour cacher l'image publicitaire. Faites dessiner par l'enfant, une image du Christ, d'un saint, de la Vierge-Marie... Il peut coller aussi des paillettes, des perles... Mettez dans la boîte, des bonnes résolutions écrites avec l'enfant, qu'il piochera chaque soir avec le reste de la famille, pour le lendemain : être aimable, ne pas se moquer, aider les autres, être généreux, être persévérant, prier...

**Prière du réseau d'animation  
pastorale d'après Saint Anselme  
(1033-1109)**

**Seigneur mon Dieu,  
donne à mon cœur  
de te désirer, en te  
désirant, de te chercher,  
en te cherchant,  
de te trouver,  
En te trouvant,  
de t'aimer  
En t'aimant, de me  
racheter, et de là,  
marcher dans tes pas.**

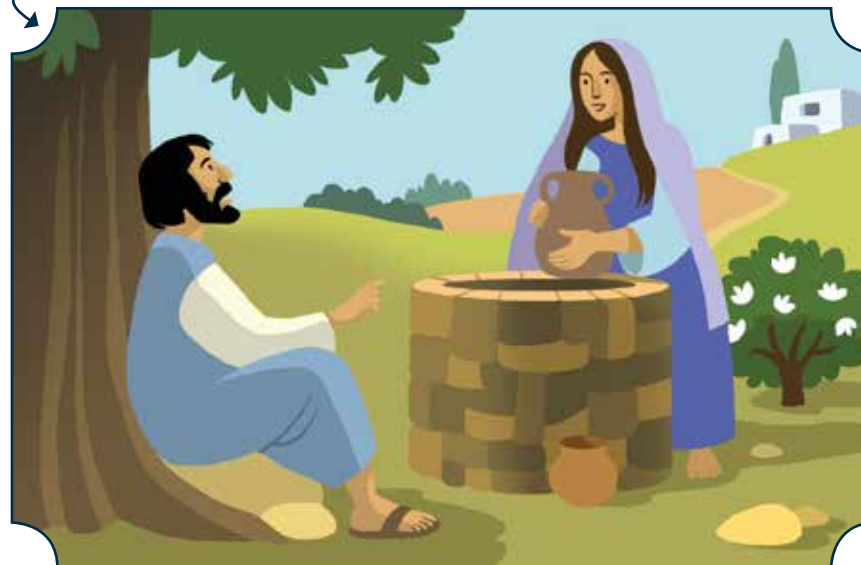
*Évangile selon Saint Jean 4, 5-15.19b-26.39a.40-42*

En ce temps-là, Jésus arriva à une ville de Samarie, appelée Sykar, près du terrain que Jacob avait donné à son fils Joseph. Là se trouvait le puits de Jacob. Jésus, fatigué par la route, s'était donc assis près de la source. C'était la sixième heure, environ midi. Arrive une femme de Samarie, qui venait puiser de l'eau. Jésus lui dit : « *Donne-moi à boire.* » – En effet, ses disciples étaient partis à la ville pour acheter des provisions. La Samaritaine lui dit : « *Comment ! Toi, un Juif, tu me demandes à boire, à moi, une Samaritaine ?* » – En effet, les Juifs ne fréquentent pas les Samaritains. Jésus lui répondit : « *Si tu savais le don de Dieu et qui est celui qui te dit : "Donne-moi à boire", c'est toi qui lui aurais demandé, et il t'aurait donné de l'eau vive.* » Elle lui dit : « *Seigneur, tu n'as rien pour puiser, et le puits est profond. D'où as-tu donc cette eau vive ? Serais-tu plus grand que notre père Jacob qui nous a donné ce puits, et qui en a bu lui-même, avec ses fils et ses bêtes ?* » Jésus lui répondit : « *Quiconque boit de cette eau aura de nouveau soif ; mais celui qui boira de l'eau que moi je lui donnerai n'aura plus jamais soif ; et l'eau que je lui donnerai deviendra en lui une source d'eau jaillissant pour la vie éternelle.* » La femme lui dit : « *Seigneur, donne-moi de cette eau, que je n'aie plus soif, et que je n'aie plus à venir ici pour puiser. Je vois que tu es un prophète !... Eh bien ! Nos pères ont adoré sur la montagne qui est là, et vous, les Juifs, vous dites que le lieu où il faut adorer est à Jérusalem.* » Jésus lui dit : « *Femme, crois-moi : l'heure vient où vous n'irez plus ni sur cette montagne ni à Jérusalem pour adorer le Père. Vous, vous adorez ce que vous ne connaissez pas ; nous, nous adorons ce que nous connaissons, car le salut vient des Juifs. Mais l'heure vient – et c'est maintenant – où les vrais adorateurs adoreront le Père en esprit et vérité : tels sont les adorateurs que recherche le Père. Dieu est esprit, et ceux qui l'adorent, c'est en esprit et vérité qu'ils doivent l'adorer.* » La femme lui dit : « *Je sais qu'il vient, le Messie, celui qu'on appelle Christ. Quand il viendra, c'est lui qui nous fera connaître toutes choses.* » Jésus lui dit : « *Je le suis, moi qui te parle.* » Beaucoup de Samaritains de cette ville crurent en Jésus. Lorsqu'ils arrivèrent auprès de lui, ils l'invitèrent à demeurer chez eux. Il y demeura deux jours. Ils furent encore beaucoup plus nombreux à croire à cause de sa parole à lui, et ils disaient à la femme : « *Ce n'est plus à cause de ce que tu nous as dit que nous croyons : nous-mêmes, nous l'avons entendu, et nous savons que c'est vraiment lui le Sauveur du monde.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

Activité pour les petits : le jeu des 7 erreurs



Retrouvez les réponses sur le site de l'Apel dans la rubrique « Actualités ».

3<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÈME / 15 mars 2020

#### Réflexion pour les ados

Jésus, fatigué et assoiffé, assume son humanité et demande à boire à la Samaritaine. En retour, Il offre l'eau vive qui apaise toute soif.

Alors la Samaritaine reconnaît Jésus comme étant le messie qui vient combler son cœur. Je suis moi aussi un puits profond, obstrué par mes peurs, mes préjugés. Jésus me rejoint sans

me juger. **Vais-je laisser sa parole et son amour combler les brèches de mon cœur ? Et, comme la Samaritaine, repartir en missionnaire pour partager cette bonne nouvelle ?**

*Évangile selon Saint Jean 9, 1.6-9.13-17.34-38*

En ce temps-là, en sortant du Temple, Jésus vit sur son passage un homme aveugle de naissance. Il cracha à terre et, avec la salive, il fit de la boue ; puis il appliqua la boue sur les yeux de l'aveugle, et lui dit : « *Va te laver à la piscine de Siloé* » – ce nom se traduit : Envoyé. L'aveugle y alla donc, et il se lava ; quand il revint, il voyait. Ses voisins, et ceux qui l'avaient observé auparavant – car il était mendiant – dirent alors : « *N'est-ce pas celui qui se tenait là pour mendier ?* » Les uns disaient : « *C'est lui.* » Les autres disaient : « *Pas du tout, c'est quelqu'un qui lui ressemble.* » Mais lui disait : « *C'est bien moi.* » On l'amène aux pharisiens, lui, l'ancien aveugle. Or, c'était un jour de sabbat que Jésus avait fait de la boue et lui avait ouvert les yeux. À leur tour, les pharisiens lui demandaient comment il pouvait voir. Il leur répondit : « *Il m'a mis de la boue sur les yeux, je me suis lavé, et je vois.* » Parmi les pharisiens, certains disaient : « *Cet homme-là n'est pas de Dieu, puisqu'il n'observe pas le repos du sabbat.* » D'autres disaient : « *Comment un homme pécheur peut-il accomplir des signes pareils ?* » Ainsi donc ils étaient divisés. Alors ils s'adressent de nouveau à l'aveugle : « *Et toi, que dis-tu de lui, puisqu'il t'a ouvert les yeux ?* » Il dit : « *C'est un prophète.* » Ils répliquèrent : « *Tu es tout entier dans le péché depuis ta naissance, et tu nous fais la leçon ?* » Et ils le jetèrent dehors. Jésus apprit qu'ils l'avaient jeté dehors. Il le retrouva et lui dit : « *Crois-tu au Fils de l'homme ?* » Il répondit : « *Et qui est-il, Seigneur, pour que je croie en lui ?* » Jésus lui dit : « *Tu le vois, et c'est lui qui te parle.* » Il dit : « *Je crois, Seigneur !* » Et il se prosterna devant lui.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

4<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÈME / 22 mars 2020**Réflexion pour les ados**

Cet homme qui souffre croise aujourd'hui le Christ qui le guérit. Par cette rencontre, l'homme est relevé et reconnaît en Jésus le Christ. Il proclame sa foi même envers ceux qui le méprisent. Je suis aussi parfois aveugle à reconnaître les œuvres du Christ en moi et autour de moi.

**Suis-je prêt à me laisser toucher par la présence de Jésus pour qu'il illumine ma vie ? Qu'est-ce que je répons à sa question « Crois-tu ? » Est-ce que j'ose dire ma foi même si on se moque de moi ?**

**Activité pour les petits et la famille**

Le dizainier

Choisissez une petite croix et une petite médaille, 10 perles de couleurs avec un gros trou et un fil en cotonnade très solide de 60 cm. Pliez le fil en deux. Placez la médaille à l'endroit où le fil se plie, insérez la 1<sup>re</sup> perle en croisant les deux fils, pour la 2<sup>e</sup> perle, croisez les 2 fils dans l'autre sens et ainsi jusqu'à la 10<sup>e</sup>. Après celle-ci, laissez 3 cm de fil, faites un nœud après avoir mis la croix. Les perles doivent coulisser. Traditionnellement, on récite un « Je vous salue Marie » sur chaque perle et un « Notre Père » sur la croix. Ici, le dizainier peut être utilisé aussi pour marquer les bonnes résolutions de carême. Le matin, l'enfant met les perles d'un côté, à chaque fois qu'il a accompli une résolution, il fait glisser la perle de l'autre côté. Le soir, s'il reste des perles, il dit autant de prières pour demander à Jésus de l'aider dans ses efforts.

**Prière du Père  
Henri Caffarel  
(1903-1996)**

**Ô Toi  
qui es chez toi  
dans le fond  
de mon cœur,  
je t'adore  
mon Dieu  
dans le fond  
de mon cœur.**



## Évangile selon Saint Jean 11, 3-7.17.20-27.33b-45 (lecture brève)

En ce temps-là, Marthe et Marie, les deux sœurs de Lazare, envoyèrent dire à Jésus : « Seigneur, celui que tu aimes est malade. » En apprenant cela, Jésus dit : « Cette maladie ne conduit pas à la mort, elle est pour la gloire de Dieu, afin que par elle le Fils de Dieu soit glorifié. » Jésus aimait Marthe et sa sœur, ainsi que Lazare. Quand il apprit que celui-ci était malade, il demeura deux jours encore à l'endroit où il se trouvait. Puis, après cela, il dit aux disciples : « Revenons en Judée. » À son arrivée, Jésus trouva Lazare au tombeau depuis quatre jours déjà. Lorsque Marthe apprit l'arrivée de Jésus, elle partit à sa rencontre, tandis que Marie restait assise à la maison. Marthe dit à Jésus : « Seigneur, si tu avais été ici, mon frère ne serait pas mort. Mais maintenant encore, je le sais, tout ce que tu demanderas à Dieu, Dieu te l'accordera. » Jésus lui dit : « Ton frère ressuscitera. » Marthe reprit : « Je sais qu'il ressuscitera à la résurrection, au dernier jour. » Jésus lui dit : « Moi, je suis la résurrection et la vie. Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra ; quiconque vit et croit en moi ne mourra jamais. Crois-tu cela ? » Elle répondit : « Oui, Seigneur, je le crois : tu es le Christ, le Fils de Dieu, tu es celui qui vient dans le monde. » Jésus, en son esprit, fut saisi d'émotion, il fut bouleversé, et il demanda : « Où l'avez-vous déposé ? » Ils lui répondirent : « Seigneur, viens, et vois. » Alors Jésus se mit à pleurer. Les Juifs disaient : « Voyez comme il l'aimait ! » Mais certains d'entre eux dirent : « Lui qui a ouvert les yeux de l'aveugle, ne pouvait-il pas empêcher Lazare de mourir ? » Jésus, repris par l'émotion, arriva au tombeau. C'était une grotte fermée par une pierre. Jésus dit : « Enlevez la pierre. » Marthe, la sœur du défunt, lui dit : « Seigneur, il sent déjà ; c'est le quatrième jour qu'il est là. » Alors Jésus dit à Marthe : « Ne te l'ai-je pas dit ? Si tu crois, tu verras la gloire de Dieu. » On enleva donc la pierre. Alors Jésus leva les yeux au ciel et dit : « Père, je te rends grâce parce que tu m'as exaucé. Je le savais bien, moi, que tu m'exauces toujours ; mais je le dis à cause de la foule qui m'entoure, afin qu'ils croient que c'est toi qui m'as envoyé. » Après cela, il cria d'une voix forte : « Lazare, viens dehors ! » Et le mort sortit, les pieds et les mains liés par des bandelettes, le visage enveloppé d'un suaire. Jésus leur dit : « Déliez-le, et laissez-le aller. » Beaucoup de Juifs, qui étaient venus auprès de Marie et avaient donc vu ce que Jésus avait fait, crurent en lui.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris



### 5<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME / 29 mars 2020

#### Réflexion pour les ados

Jésus rejoint les hommes dans leur peine, il pleure avec eux avant de leur donner un signe de la gloire de Dieu. Il vient nous dire que, même si l'on meurt, nous vivrons si nous croyons en Lui. Malgré la mort de son frère, Marthe redit sa confiance en la toute puissance et la miséricorde de Dieu.

**Suis-je moi aussi porté par cette foi en la Résurrection ? Est-ce que j'apporte la lumière à ceux qui sont dans l'obscurité (souffrance, maladie, ...) ?**

#### Activité pour les petits et la famille

Cartes

Faites envoyer par les enfants des cartes fabriquées par eux-mêmes aux personnes isolées de leur connaissance, exprimant qu'ils pensent bien à elles.

Prière [www.idees-cate.com](http://www.idees-cate.com)

**Jésus,  
Je sais que tu m'aimes...  
Dans mes moments  
difficiles,  
Dans les moments  
où je crois  
qu'il est trop tard  
Qu'il n'y a plus  
rien à faire,  
Aide-moi, à te dire :  
« Seigneur,  
je crois en toi ! »**



**DIMANCHE  
DES  
RAMEAUX**

**Évangile selon saint Matthieu 21,1-11**  
*(Entrée du Seigneur dans Jérusalem)*

Jésus et ses disciples, approchant de Jérusalem, arrivèrent en vue de Bethphagé, sur les pentes du mont des Oliviers. Alors Jésus envoya deux disciples en leur disant : « Allez au village qui est en face de vous ; vous trouverez aussitôt une ânesse attachée et son petit avec elle. Détachez-les et amenez-les moi. Et si l'on vous dit quelque chose, vous répondrez : "Le Seigneur en a besoin". Et aussitôt on les laissera partir. » Cela est arrivé pour que soit accomplie la parole prononcée par le prophète : Dites à la fille de Sion : Voici ton roi qui vient vers toi, plein de douceur, monté sur une ânesse et un petit âne, le petit d'une bête de somme. Les disciples partirent et firent ce que Jésus leur avait ordonné. Ils amenèrent l'ânesse et son petit, disposèrent sur eux leurs manteaux, et Jésus s'assit dessus. Dans la foule, la plupart étendirent leurs manteaux sur le chemin ; d'autres coupaient des branches aux arbres et en jonchaient la route. Les foules qui marchaient devant Jésus et celles qui suivaient criaient : « Hosanna au fils de David ! Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur ! Hosanna au plus haut des cieux ! » Comme Jésus entra à Jérusalem, toute la ville fut en proie à l'agitation, et disait : « Qui est cet homme ? » Et les foules répondaient : « C'est le prophète Jésus, de Nazareth en Galilée. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**DIMANCHE DES RAMEAUX / 5 avril 2020**
**Réflexion pour les ados**

Au début de cette semaine sainte, essayons de faire notre, cette parole du pape François : « La sobriété, qui est vécue avec liberté et de manière consciente, est libératrice. (...) On peut vivre intensément avec peu ».

**Est-ce que j'essaie de ne pas vouloir toujours plus ? Puis-je me contenter des choses les plus simples pour me rendre ainsi plus disponible aux autres, à Dieu...**

**Activité pour les petits et la famille**

L'arbre de vie

Achetez du Playmais®, faites faire à l'enfant des petites croix avec plusieurs morceaux de différentes couleurs. Il suffit de mouiller chaque côté du morceau pour que ça colle. Passez un fil à l'intérieur de la croix. Procurez-vous des fines branchettes, attachez les croix colorées sur ces branches et cela fera un joli arbre de vie pour décorer une pièce dans l'attente de Pâques.

**Retrouver l'image du bricolage sur : <http://bit.ly/2E8HQXm>**

**Prière du Père Charles Singer (né en 1941)**

**Venir chercher un rameau, le prendre, le tenir en main et le garder bien en vue à la maison, c'est décider d'ouvrir la porte à l'Évangile et d'accueillir Dieu par des gestes concrets à l'égard de nos frères chaque jour.**

**Jouons en famille:** Coloriage.



## SEMAINE SAINTE



### SEMAINE SAINTE / du 6 au 11 avril 2020

La semaine Sainte est la dernière semaine du Carême. Elle est ponctuée de différentes cérémonies qui nous emmènent jusqu'à Pâques.

La messe chrimale a lieu le mardi ou mercredi soir. Tous les prêtres du diocèse et les fidèles sont réunis à la cathédrale par l'évêque du lieu. Les huiles saintes sont bénies. Elles serviront aux sacrements pendant l'année. Chaque paroisse repart avec sa provision.

Le Triduum signifie «trois jours» du Jeudi saint au dimanche de Pâques.

- Le Jeudi Saint, c'est la fête de l'eucharistie. L'Église commémore «La Cène du Seigneur». Le Christ offre son corps et son sang, sous forme de pain et de vin pour le salut du monde. Le Christ, lors de ce dernier repas lave les pieds de ses apôtres pour montrer qu'il se fait serviteur et nous devons suivre son exemple en étant serviteurs, nous aussi.

- Le Vendredi Saint rappelle la Passion et la mort du Christ.

- Le Samedi Saint est un jour d'attente et de silence avant la nuit pascale et la résurrection.

#### Prière de Saint Jean Bosco (1815-1888)

«*Jésus, prends mes yeux,  
mes regards blessants  
et mes aveuglements  
égoïstes; donne-moi  
Tes yeux pour m'émerveiller  
comme Toi*»;

«*Jésus, prends mes lèvres  
gourmandes et médisantes;  
donne-moi Tes lèvres pour  
me taire et pour prier, pour  
bénir et remercier, pour  
sourire et pour chanter.*»;

«*Jésus, prends mon  
cœur avec ses duretés  
et ses colères; donne-  
moi Ton cœur, un cœur  
pacifique pour faire la paix,  
un cœur magnifique pour  
donner sans compter,  
un cœur humble et doux  
pour Te reconnaître  
dans le frère le plus  
appauvri.*»

## Évangile selon Saint Jean 13, 1-15

Avant la fête de la Pâque, sachant que l'heure était venue pour lui de passer de ce monde à son Père, Jésus, ayant aimé les siens qui étaient dans le monde, les aima jusqu'au bout. Au cours du repas, alors que le diable a déjà mis dans le cœur de Judas, fils de Simon l'Isariote, l'intention de le livrer, Jésus, sachant que le Père a tout remis entre ses mains, qu'il est sorti de Dieu et qu'il s'en va vers Dieu, se lève de table, dépose son vêtement, et prend un linge qu'il se noue à la ceinture ; puis il verse de l'eau dans un bassin. Alors il se mit à laver les pieds des disciples et à les essuyer avec le linge qu'il avait à la ceinture. Il arrive donc à Simon-Pierre, qui lui dit : « C'est toi, Seigneur, qui me laves les pieds ? » Jésus lui répondit : « Ce que je veux faire, tu ne le sais pas maintenant ; plus tard tu comprendras. » Pierre lui dit : « Tu ne me laveras pas les pieds ; non, jamais ! » Jésus lui répondit : « Si je ne te lave pas, tu n'auras pas de part avec moi. » Simon-Pierre lui dit : « Alors, Seigneur, pas seulement les pieds, mais aussi les mains et la tête ! » Jésus lui dit : « Quand on vient de prendre un bain, on n'a pas besoin de se laver, sinon les pieds : on est pur tout entier. Vous-mêmes, vous êtes purs, mais non pas tous. » Il savait bien qui allait le livrer ; et c'est pourquoi il disait : « Vous n'êtes pas tous purs. » Quand il leur eut lavé les pieds, il reprit son vêtement, se remit à table et leur dit : « Comprenez-vous ce que je viens de faire pour vous ? Vous m'appelez "Maître" et "Seigneur", et vous avez raison, car vraiment je le suis. Si donc moi, le Seigneur et le Maître, je vous ai lavé les pieds, vous aussi, vous devez vous laver les pieds les uns aux autres. C'est un exemple que je vous ai donné afin que vous fassiez, vous aussi, comme j'ai fait pour vous. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

## JEUDI SAINT

### JEUDI SAINT / 9 avril 2020

#### Réflexion pour les ados

Jésus lave les pieds de ses disciples, il se fait serviteur et montre son amour pour nous qui va jusqu'à la mort sur la croix pour nous sauver. **Est-ce que je me laisse purifier par le Christ, par l'Eucharistie et la confession ? Est-ce que j'essaie de me mettre au service des autres, dans mes gestes les plus quotidiens avec abnégation, amour et respect ?**

#### Prière du Père Jean Debruyne (1925-2006)

*Seigneur, si tu passes par là, viens chez moi, entre donc (...)!*

*Si tu avais aussi un peu d'espérance, de la vivace, de celle de ton jardin, Ce serait bien d'en prendre un bouquet.*

*J'en ai tant besoin pour fleurir mon regard.*

*Et si encore, tu avais un peu de foi pour moi, rien qu'un peu, Pas plus gros qu'un grain de moutarde,*

*Je déplacerais les montagnes.*



**VENDREDI SAINT - LE CHEMIN DE CROIX / 10 avril 2020**


A:



B:



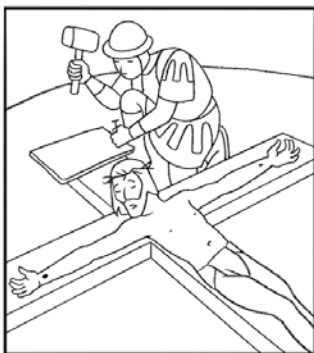
C:



D:



E:



F:



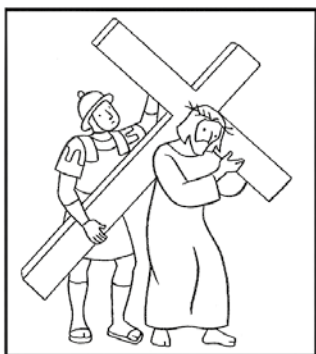
G:



H:



I:



J:



K:



L:



M:



N:

**1<sup>re</sup> station :** Jésus est condamné à mort  
**2<sup>e</sup> station :** Jésus est chargé de sa croix  
**3<sup>e</sup> station :** Jésus tombe pour la première fois  
**4<sup>e</sup> station :** Jésus rencontre sa Mère  
**5<sup>e</sup> station :** Simon de Cyrène aide Jésus à porter sa croix

**6<sup>e</sup> station :** Véronique essuie le visage de Jésus  
**7<sup>e</sup> station :** Jésus tombe pour la deuxième fois  
**8<sup>e</sup> station :** Jésus console les filles de Jérusalem  
**9<sup>e</sup> station :** Jésus tombe pour la troisième fois  
**10<sup>e</sup> station :** Jésus est dépouillé de ses vêtements

**11<sup>e</sup> station :** Jésus est cloué sur la croix  
**12<sup>e</sup> station :** Jésus meurt sur la croix  
**13<sup>e</sup> station :** Jésus est descendu de la croix et remis à sa Mère  
**14<sup>e</sup> station :** Jésus est mis dans le tombeau.

**VENDREDI SAINT**

Le Vendredi Saint est un jour de tristesse: le Christ meurt sur la croix. L'Église appelle les fidèles à jeûner selon leur âge et leurs forces, en signe de pénitence et de conversion.

Les fidèles peuvent assister au Chemin de croix qui suit en 14 étapes la Passion du Christ ou aller aussi à l'Office de la Passion qui propose la vénération de la Croix et le récit de la Passion, mais qui n'est pas une messe.



Les stations du Chemin de Croix sont dans le désordre. Mettez en dessous de chaque station, la bonne appellation.

**Prière liturgique du Chemin de croix**

**Nous t'adorons ô Christ et nous te bénissons car tu as racheté le monde par ta sainte Croix.**

Réponses: / image A : 10 / image B : 14 / image C : 9 / image D : 4 / image E : 1 / image F : 11 / image G : 8 / image H : 13 / image I : 3 / image J : 2 / image K : 12 / image L : 7 / image M : 5 / image N : 6 / station /



## VEILLÉE PASCALE

Dans la nuit du samedi Saint, les fidèles se retrouvent à l'église, ils viennent proclamer que le Christ a vaincu la mort et qu'il est ressuscité. Durant la célébration, sont lus, avant l'Évangile de la résurrection, de nombreux textes bibliques entrecoupés de psaumes, rappelant l'Alliance de Dieu avec les hommes. C'est aussi durant cette nuit que sont célébrés les baptêmes des adultes et des grands enfants. Au début de la célébration, un grand feu est allumé devant l'église.

Le prêtre allume le nouveau cierge pascal à ce feu. Puis, à la suite du prêtre portant le cierge, les fidèles rentrent en procession dans l'église obscure. Chacun ensuite allume son propre cierge au cierge pascal. Cela symbolise que le Christ « Lumière du monde » dissipe les ténèbres. Le cierge pascal sert ensuite pour les baptêmes et les obsèques durant tout l'année. Les cloches carillonnent de nouveau pour annoncer la joie de la résurrection du Christ !

## VEILLÉE PASCALE / samedi 11 avril 2020

## Activité pour les petits et la famille

## Une lanterne pascal

Dessinez sur un papier calque, une croix constituée de 3 carrés de 7 cm pour le corps de la croix et de 7 cm pour la traverse. Ajoutez des rabats pour coller la lanterne sur les carrés de la traverse. L'enfant peut illustrer les carrés de la lanterne avec un feu ou un cierge pascal, une croix, des rameaux...

Collez les languettes. Pour consolider la lanterne, vous pouvez insérer au fond, un carré de 7 cm découpé dans un carton. Mettez une bougie LED dans votre lanterne et vous aurez une jolie illumination pour fêter Pâques.

Retrouver l'image du bricolage sur : <http://bit.ly/zE8HQXm>

Prière du Cardinal Newman  
(1801-1890)

*Fais de moi, Seigneur,  
ce que tu voudras.  
Je ne marchand pas,  
je ne mets pas de  
conditions.  
Je serai ce que tu voudras.  
Je ne cherche pas  
à savoir où tu me conduis.  
Je ne dis pas que  
je te suivrai où tu iras,  
car je suis faible.  
Mais je me donne  
pour que tu me mènes  
où tu voudras.*

## Évangile selon Saint Jean 20, 1-9

Le premier jour de la semaine, Marie Madeleine se rend au tombeau de grand matin ; c'était encore les ténèbres. Elle s'aperçoit que la pierre a été enlevée du tombeau. Elle court donc trouver Simon-Pierre et l'autre disciple, celui que Jésus aimait, et elle leur dit : « *On a enlevé le Seigneur de son tombeau, et nous ne savons pas où on l'a déposé.* » Pierre partit donc avec l'autre disciple pour se rendre au tombeau. Ils couraient tous les deux ensemble, mais l'autre disciple courut plus vite que Pierre et arriva le premier au tombeau. En se penchant, il s'aperçoit que les linges sont posés à plat ; cependant il n'entre pas. Simon-Pierre, qui le suivait, arrive à son tour. Il entre dans le tombeau ; il aperçoit les linges, posés à plat, ainsi que le suaire qui avait entouré la tête de Jésus, non pas posé avec les linges, mais roulé à part à sa place. C'est alors qu'entra l'autre disciple, lui qui était arrivé le premier au tombeau. Il vit, et il crut. Jusque-là, en effet, les disciples n'avaient pas compris que, selon l'Écriture, il fallait que Jésus ressuscite d'entre les morts.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

## PÂQUES / dimanche 12 avril 2020

### Réflexion pour les ados

Pâques est un jour d'allégresse. L'amour l'a emporté sur la mort. « *Le Seigneur nous appelle à nous lever, à nous redresser sur sa Parole, à regarder vers le haut et à croire que nous sommes faits (...) pour les hauteurs de la vie, non pas pour les bassesses de la mort. (...) Le Seigneur aime cette vie qui est la tienne* » Il te dit « *Tu n'es pas seul, aie confiance en moi* ». (Pape François, Homélie du samedi saint du 20 avril 2019)

**Est-ce que j'arrive à rester dans l'espérance, à avoir confiance en Dieu et en son amour ?**

### Activité pour les petits et la famille

La couronne de Pâques

Le repas de Pâques est souvent l'occasion d'un repas familial festif. Décorez la maison, en faisant une jolie couronne de Pâques. Achetez une ou deux branches d'eucalyptus, arrangez les en forme de couronne en vous aidant de fil de fer. Décorez-la avec une croix faite avec 2 morceaux de bois collés (ou bâtons d'esquimaux) et ornés avec de la laine, des paillettes, des perles...  
**Retrouver l'image du bricolage sur : <http://bit.ly/2E8HQXm>**

Prière de [sitecoles.formiris.org](http://sitecoles.formiris.org)

*Louez Dieu, la pierre est roulée.  
Louez Dieu, le tombeau est vide.  
Louez Dieu, l'amour est plus fort que la mort.  
Jésus est ressuscité.  
La vie et le bonheur ont gagné pour toujours.  
Le feu de l'amour de Dieu éclaire la terre.*



## Le réseau d'animation pastorale de l'Apel



Textes liturgiques © AELF, Paris

**Vous pouvez vous rendre  
dans n'importe quelle  
librairie religieuse pour  
y trouver le texte biblique  
dans son intégralité.**

### **Le réseau d'animation pastorale de l'Apel (RAP) :**

- Il est constitué de parents Apel, nommés délégués à l'animation pastorale par les présidents d'Apel d'établissement, départementale ou académique,
- Il participe à la dimension évangélique de l'enseignement catholique,
- Il propose d'accompagner les parents dans leur spiritualité ou leur intériorité.

*Des idées d'activités  
et des vidéos  
pour vos enfants  
pour le Carême :*

[www.theobule.org](http://www.theobule.org)

[www.idees-cate.com](http://www.idees-cate.com)

[www.apel.fr](http://www.apel.fr)

277 rue Saint-Jacques  
75005 Paris

apel 