

**« Viens Seigneur! Ouvre-nous le chemin »
et « Mine de rien... de nouvelles moissons jailliront à l'horizon »**

Le thème du carême 2024 est : « Viens Seigneur ! Ouvre-nous le chemin » et celui de l'année pastorale du diocèse est : « Mine de rien... déjà 50 moissons! » En les réunissant, nous vous proposons de vivre ce temps de Carême en famille sous le thème :

***Viens Seigneur! Ouvre-nous le chemin
et mine de rien... de nouvelles moissons jailliront à l'horizon.***



➤ **Information pour les parents**

Si le Seigneur nous ouvre le chemin, il est important de se mettre en route. Le temps du carême est un bon moment pour suivre le chemin qui nous est proposé par Jésus. Et tout comme lorsque l'on part en voyage, quelques préparatifs sont nécessaires avant le départ et c'est ce qui vous est proposé dans cette activité à vivre en famille.

Vivre le carême c'est entreprendre un itinéraire de voyage où nous pourrons, chaque jour, chaque semaine ou dans l'ensemble des 40 jours, poser des gestes qui nous ouvriront le cœur pour accueillir le miracle de la résurrection. C'est un temps de préparation, de conversion, qui nous conduit à la grande fête de Pâques. C'est une période qui nous permet d'expérimenter l'amour : l'amour de soi, l'amour de l'autre, l'amour de Dieu.

Le chant « [Si je n'ai pas l'amour](#) » que l'on entend souvent lors des mariages à l'église et qui est inspiré du texte biblique (1Co 13, 1-8) pourrait être notre point de départ et l'élément principal à mettre dans notre valise pour le début de ce périple.

Pour récolter l'amour, il est nécessaire d'en semer. Pour que la moisson soit abondante, beaucoup de grains devront être mis en terre. C'est cette analogie que nous utiliserons dans cette animation familiale.

➤ Découverte d'un texte biblique

Écouter le chant <https://www.youtube.com/watch?v=LhvIMNPI5fo> ou lire le texte suivant avec les enfants.

L'amour est au-dessus de tout

1Co 13, 1-8

Je peux parler les langues des hommes et les langues des anges. Mais si je n'aime pas les autres, je suis seulement une cloche qui sonne, une cymbale bruyante.

Je peux avoir le don de parler au nom de Dieu, je peux comprendre tous les mystères et posséder toute la connaissance. Je peux avoir une foi assez grande pour déplacer les montagnes. Mais si je n'aime pas les autres, je ne suis rien!

Je peux distribuer toutes les richesses à ceux qui ont faim, je peux livrer mon corps au feu. Mais si je n'aime pas les autres, je n'y gagne rien!

L'amour est patient, l'amour rend service. Il n'est pas jaloux, il ne se vante pas, il ne se gonfle pas d'orgueil. L'amour ne fait rien de honteux. Il ne cherche pas son intérêt, il ne se met pas en colère, il ne se souvient pas du mal. Il ne se réjouit de l'injustice, mais il se réjouit de la vérité.

L'amour excuse tout, il croit tout, il espère tout, il supporte tout.

L'amour ne disparaît jamais.

➤ Réflexion et partage du texte biblique

- Qu'est-ce que je comprends de ce texte?
- Il nous arrive à tous et à toutes de faire des choses pour les autres, mais seulement dans le but d'en retirer quelque chose de personnel (une récompense, de l'argent, une permission spéciale)? Donne un exemple.
- Il nous arrive aussi à tous et à toutes de faire des choses pour les autres simplement parce que nous les aimons et sans rien attendre en retour? Donne un exemple.
- De quel amour crois-tu que Jésus nous demande d'aimer?

Finir le partage avec la réflexion suivante qui guidera pour l'étape suivante :

Sur la route de ma vie, plus je sème des grains d'amour plus la récolte sera abondante. Plus j'aimerai les autres, plus les autres seront heureux, remplis de joie, épanouis, disponibles à aimer à leur tour.

Plus je sèmerai l'amour, plus d'amour grandira sur la terre et ainsi elle ne disparaîtra jamais.

➤ Proposition d'activités à vivre en famille pour le carême selon l'âge des enfants

Lors de notre périple d'amour au cours du carême, nous pourrions privilégier trois actions : partager, jeûner et prier. Ces trois actions pourront nous permettre d'apprendre à aimer gratuitement, tout comme Jésus nous le demande. Ces actions seront des graines d'amour que je sèmerai dans le cœur des autres et peut-être qu'en cours de route je pourrai voir quelques fleurs s'ouvrir devant moi sur la route.

- **Partager** : c'est donner à ceux et celles qui sont dans le besoin, mais aussi faire attention à ne pas gaspiller.
- **Jeûner** : le jeûne n'est pas seulement un geste de pénitence, mais aussi un geste de solidarité avec les gens dans le besoin et une invitation au partage. C'est se priver non seulement de nourriture, mais de tout ce qui prend de la place dans nos vies. Nous pouvons nous priver de quelques heures de télévision ou d'internet par semaine. Nous pouvons choisir de dépenser moins d'argent. Nous pouvons nous priver de dire des paroles blessantes. Nous pouvons choisir de manger moins de viande dans une perspective écologique afin de prendre soin de la terre. Pendant ce temps du carême, adoptons un comportement de jeûne au moins une fois par semaine.
- **Prier** : c'est faire de la place dans nos journées pour rencontrer Dieu. C'est communiquer avec Dieu, lui parler et l'écouter. Pour prier, il n'est pas nécessaire de se mettre à genoux à l'église. La prière peut se vivre en invitant le Seigneur à habiter chaque moment de ma journée, en lui parlant avant de m'endormir, en lisant un livret de prières ou de réflexions chrétiennes, en faisant une marche dans la nature. Pendant le carême, nous sommes invités à développer notre vie de prière.

En lien avec ces trois actions, les pages suivantes vous proposent quelques activités à vivre en famille selon l'âge des enfants.

Pour les familles avec des enfants de 5 ans et moins

Matériel nécessaire :

- Feuille « *Carême 2024* » (une par personne) et feuille « **graines et fleurs** »
- Ciseaux
- Colle

Discuter avec vos enfants pour les amener à comprendre le sens des mots « *partage – jeûne – prière* ». Ensuite, leur expliquer que pour que l’amour ne disparaisse jamais il est important de semer des graines d’amour tout au long de notre vie et que le temps du carême est un moment privilégié pour se pratiquer à le faire. Le partage, le jeûne et la prière sont des très bonnes graines d’amour.

Donner quelques exemples de situations déjà vécues à la maison:

- Même si je n'aime pas vraiment ça, je vais partager mes jouets avec mes frères et sœurs. (Partage)
- Je vais essayer de ne pas me fâcher, de ne pas dire des mots qui ne sont pas gentils aux autres. (Jeûne)
- Je vais essayer de prier plus souvent pendant le carême. (Prière)

Présenter la feuille « carême 2024 » des graines d’amour à semer, des fleurs d’amour à récolter. Inscrire le nom du membre de la famille à qui appartient la feuille. Une feuille par personne et les parents participent aussi.

Découper les graines et les fleurs sur la feuille « Graines et fleurs ». Pour faciliter le découpage pour les tout-petits ils peuvent simplement découper de cadrage.

Au cours du carême, lorsque je vis une situation difficile je viens coller une graine sur ma feuille (graine d’amour à semer) et lorsque je réussis à poser un geste qui m’ouvre au partage, au jeûne ou à la prière, je viens coller une fleur sur ma feuille (une fleur d’amour à récolter).

Voici des exemples de situations difficiles :

- Je ne veux pas que mon frère ou ma sœur joue avec mon casse-tête.
- Je suis fâché contre mon frère ou ma sœur et j'ai envie de lui crier de gros mots.
- Je manque de patience avec les enfants.
- Je ne veux pas partager.
- Je passe du temps sur la tablette, l’ordinateur, le téléphone au lieu de partager un moment en famille.

Ainsi, à la fin du carême, je verrai ma moisson, combien de graines d’amour j’aurai semées et combien de fleurs d’amour j’aurai récoltées.

N.B. : Mettre les feuilles dans un endroit visible et accessible à tous pour ne pas les oublier.

CARÊME 2024

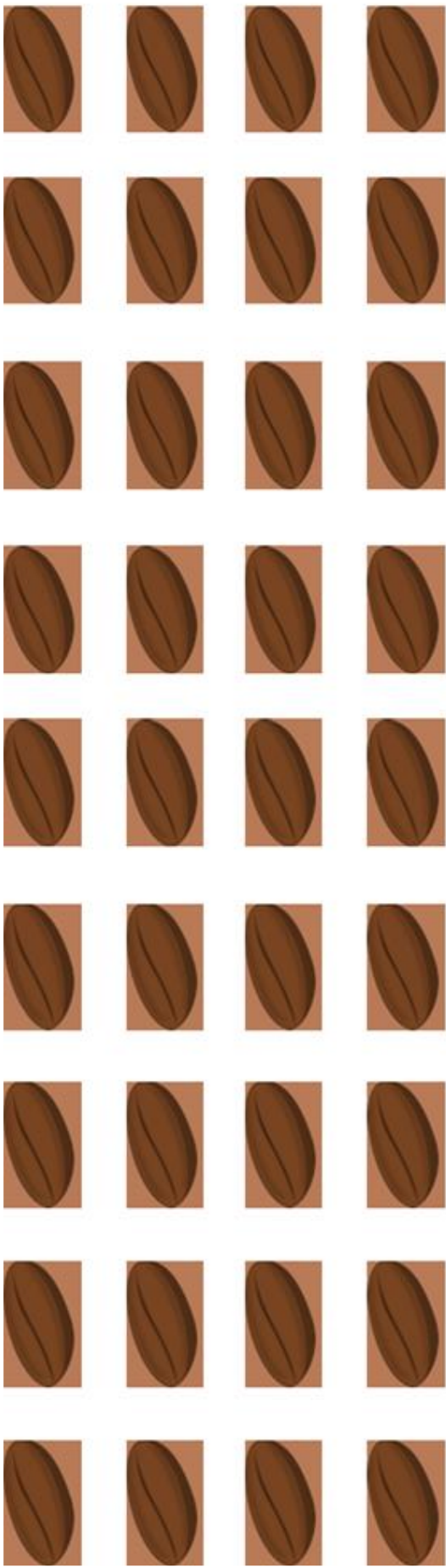


Fleurs d'amour à récolter

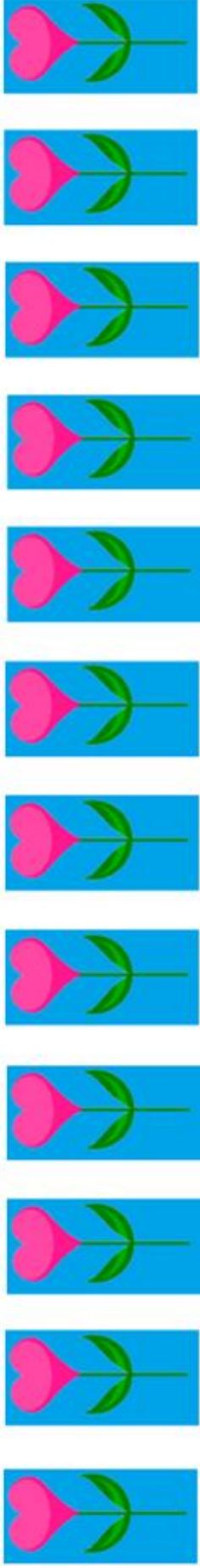
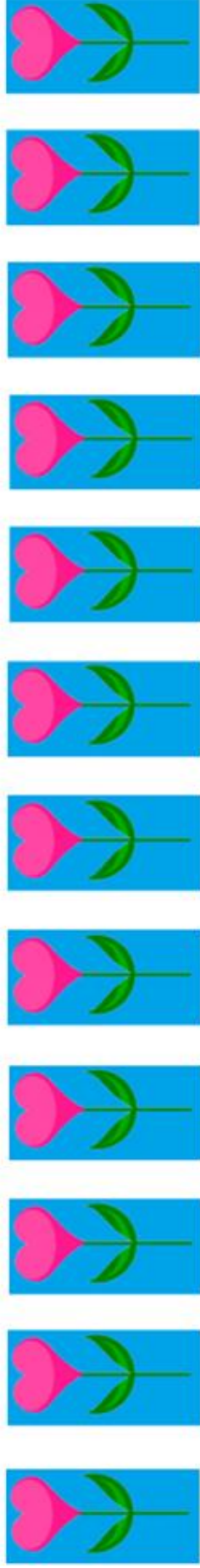
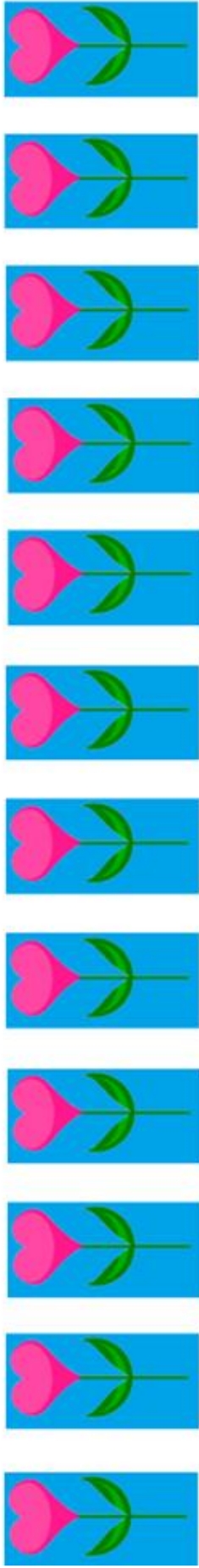


Graines d'amour à semer

Feuille de: _____



Graines et fleurs



Pour les familles avec des enfants de 6 à 12 ans

Matériel nécessaire:

- Feuille « *Défis à relever / Obstacles à surmonter* » (une par personne)
- Feuille « *Carême 2024 Obstacles à surmonter / Défis à relever* » (une par personne)
- Feuille « *Fleurs à récolter* »
- Crayons et ciseaux

En famille, commencer par s'assurer que tous les membres comprennent bien le sens des mots « *partage – jeûne – prière* ».

Partir sur la route pour semer des graines d'amour ce n'est pas toujours facile. La jalousie, la vengeance, la rancune, la peur, la honte, etc. sont entre autres des obstacles qui peuvent nous empêcher de semer ou qui peuvent empêcher les graines semées d'éclore et de devenir des fleurs.

Lire ensemble la feuille « *Défis à relever / Obstacles à surmonter* ».

Discuter des défis ou des obstacles que chaque membre de la famille pourrait relever ou surmonter au cours du carême en lien avec les thèmes du partage, du jeûne et de la prière.

Chaque membre de la famille choisit un défi à relever ou un obstacle à surmonter dans chacune des catégories et l'inscrit sur sa feuille « *Carême 2024 Obstacles à surmonter / Défis à relever* ». Il peut s'agir d'une action à faire une seule fois ou une attitude à avoir pour l'ensemble du temps du carême.

Exemples:

- Je vais faire le ménage de ma garde-robe pour donner les vêtements qui ne me conviennent plus (une seule fois).
- Je vais faire le jeûne des mots blessants quand je suis fâché contre quelqu'un (toute la durée du carême ou pendant une semaine).

Mettre les feuilles dans un endroit bien en vue pour ne pas oublier les défis à relever par chaque membre de la famille.

Lorsqu'une personne a relevé son défi, elle peut coller sur sa graine une fleur pour démontrer que le défi a été relevé.

À la fin de votre pèlerinage de 40 jours, votre feuille devrait être bien fleurie par vos gestes d'amour! Pourquoi ne pas en profiter à Pâques pour dire merci et offrir le fruit de votre travail à Dieu lors d'un moment de prière en famille ?

Défis à relever/obstacles à surmonter

Partage

- Mettre de côté l'argent d'un petit plaisir pour le donner à une association qui aide les personnes démunies.
- Prendre du temps avec une personne qui est souvent seule et isolée.
- Jouer avec mon frère ou ma sœur.
- Faire du ménage dans ma garde-robe pour voir s'il n'y a pas des vêtements que je pourrais donner à des gens dans le besoin.
- Partager les tâches à la maison (mettre le couvert, ranger la vaisselle) même si ce n'est pas à mon tour de le faire.
- Rendre service à quelqu'un pendant la journée.
- Sourire aux personnes que je rencontre au cours de la journée même si je ne les connais pas.
- Prendre contact avec une personne que je n'ai pas vue depuis longtemps pour prendre de ses nouvelles.
- Participer à une clinique de don de sang.
- Signer ma carte de don d'organes si ce n'est pas déjà fait.

Jeûne

- Éteindre la télévision pendant un repas pour pouvoir discuter en famille.
- Faire le jeûne de mots qui blessent les autres comme « T'es nul! » ou « Tu ne réussiras jamais! ».
- Organiser un jeu avec ses frères et sœurs plutôt que de jouer seul avec sa console.
- Se priver du superflu (bonbons, etc.) parce que Dieu n'est pas un ventre!
- Se priver d'un aliment que j'aime beaucoup en communion avec ceux et celles qui ne peuvent pas manger à leur faim.
- Limiter le temps passé sur l'ordinateur pour être présent aux autres.
- Éteindre ses appareils électroniques (téléphone portable, tablette électronique, ...) pendant un repas ou une discussion en famille.
- Manger moins souvent du « fast food » pour prendre soin de ma santé.

Prière

- Prière d'action de grâce: Dire merci à Dieu pour quelque chose ou quelqu'un que j'apprécie avoir dans ma vie.
- Prière de pardon: Demander pardon à Dieu pour un geste que j'ai posé et dont je ne suis pas très fier.
- Prière d'intercession: Prier pour une personne qui a besoin d'aide ou de soutien.
- Prière de louange: Dire à Dieu combien je l'aime.
- Bénédicité: Dire une prière avant le repas au cours de la journée.
- Réciter le « Notre Père ».
- Réciter le « Je te salue Marie ».
- Faire une minute de silence.

CARÊME 2024

Obstacles à surmonter
Défis à relever

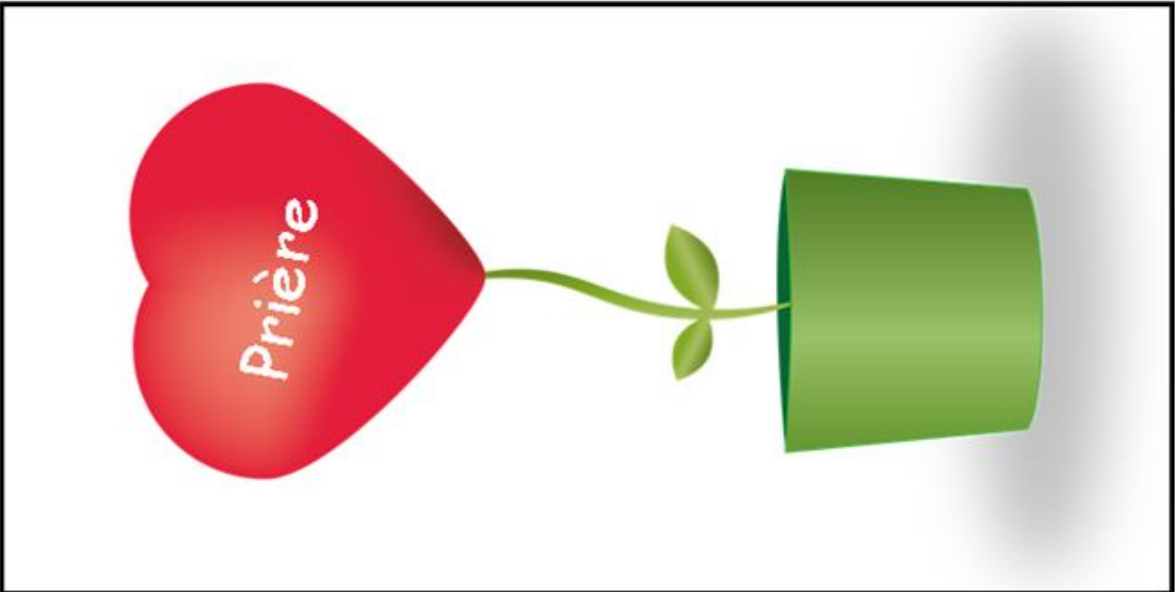
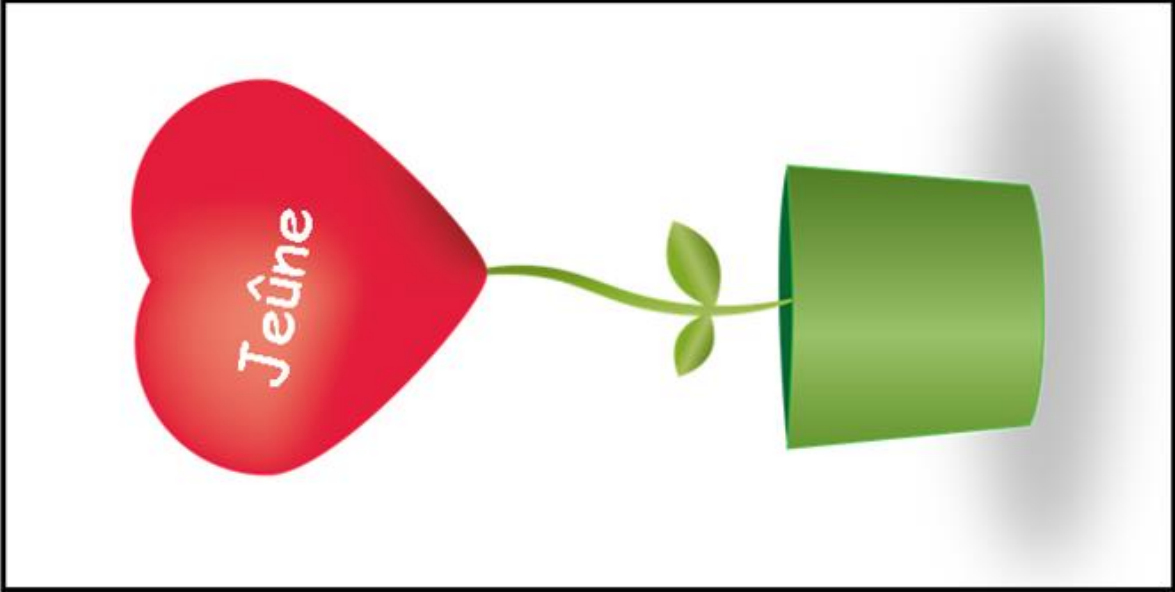
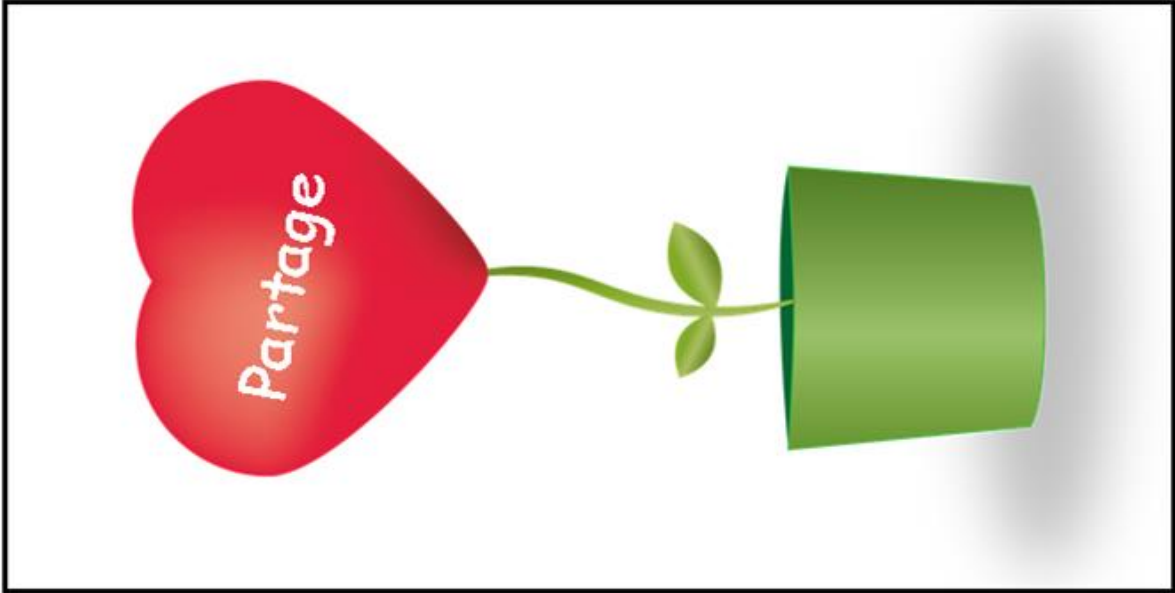






Pèlerinage de: _____

Fleurs à récolter



Pour les familles avec des enfants de 12 ans et plus

Matériel nécessaire :

- Feuille « *Suggestions de gestes à poser* »
- Feuille « *Gestes à poser durant le carême* »
- Calendrier du carême (un par famille)
- Feuille avec les images de fleurs
- Crayons, ciseaux

En famille, prendre connaissance du calendrier. À l'aide des suggestions, élaborer une liste de gestes à poser pendant le carême qui nous rejoint et que nous avons le goût d'expérimenter. Ajouter, si désiré, des idées de gestes qui conviennent mieux à notre famille.

Écrire les actions choisies sur les feuilles vierges de gestes à poser. Découper et déposer les gestes à poser dans un contenant près du calendrier. Le carême compte 40 jours sans les dimanches.

Afficher le Calendrier du carême dans un endroit visible et accessible pour toute la famille.

Découper et déposer les images de fleurs dans un autre contenant près du calendrier.

Suivre les consignes du calendrier afin de poser différents gestes chaque jour du carême.

Suggestions de gestes à poser

Partage

- Mettre de côté l'argent d'un petit plaisir pour le donner à une association qui aide les personnes démunies.
- Prendre du temps avec une personne qui est souvent seule et isolée.
- Jouer avec mon frère ou ma sœur.
- Faire du ménage dans ma garde-robe pour voir s'il n'y a pas des vêtements que je pourrais donner à des gens dans le besoin.
- Partager les tâches à la maison (mettre le couvert, ranger la vaisselle) même si ce n'est pas à mon tour de le faire.
- Rendre service à quelqu'un pendant la journée.
- Sourire aux personnes que je rencontre au cours de la journée même si je ne les connais pas.
- Prendre contact avec une personne que je n'ai pas vue depuis longtemps pour prendre de ses nouvelles.
- Participer à une clinique de don de sang.
- Signer ma carte de don d'organes si ce n'est pas déjà fait.

Jeûne

- Éteindre la télévision pendant un repas pour pouvoir discuter en famille.
- Faire le jeûne de mots qui blessent les autres comme « T'es nul! » ou « Tu ne réussiras jamais! ».
- Organiser un jeu avec ses frères et sœurs plutôt que de jouer seul avec sa console.
- Se priver du superflu (bonbons, etc.) parce que Dieu n'est pas un ventre!
- Se priver d'un aliment que j'aime beaucoup en communion avec ceux et celles qui ne peuvent pas manger à leur faim.
- Limiter le temps passé sur l'ordinateur pour être présent aux autres.
- Éteindre ses appareils électroniques (téléphone portable, tablette électronique, ...) pendant un repas ou une discussion en famille.
- Manger moins souvent du « fast food » pour prendre soin de ma santé.

Prière

- Prière d'action de grâce: Dire merci à Dieu pour quelque chose ou quelqu'un que j'apprécie avoir dans ma vie.
- Prière de pardon: Demander pardon à Dieu pour un geste que j'ai posé et dont je ne suis pas très fier.
- Prière d'intercession: Prier pour une personne qui a besoin d'aide ou de soutien.
- Prière de louange: Dire à Dieu combien je l'aime.
- Bénédicité: Dire une prière avant le repas au cours de la journée.
- Réciter le « Notre Père ».
- Réciter le « Je te salue Marie ».
- Faire une minute de silence.

CARÊME 2024

Viens Seigneur! Ouvre-nous le chemin

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
18 février Tentation au désert	19 février	20 février	21 février	22 février	23 février	24 février
25 Février La transfiguration	26 février	27 février	28 février	29 février	1 mars	2 mars
3 mars La colère au temple	4 mars	5 mars	6 mars	7 mars	8 mars	9 mars
10 mars Dieu a tant aimé le monde	11 mars	12 mars	13 mars	14 mars	15 mars	16 mars
17 mars Si le grain de blé...	18 mars	19 mars	20 mars	21 mars	22 mars	23 mars
24 mars La Passion	25 mars	26 mars	27 mars	28 mars	29 mars	30 mars

Consignes:

- A chaque jour, un membre de la famille pige une action à accomplir.
- Déterminer qui posera le geste et inscrire ses initiales dans la case de la journée.
- À la fin de la journée, si l'action a été réussie, coller une fleur pour démontrer que la graine semée à fleuri.
- À la fin du Carême, votre calendrier sera le reflet de votre périple. Votre calendrier sera rempli fleurs à moissonner pour offrir en cadeau à Dieu pour la grande fête de Pâques!

