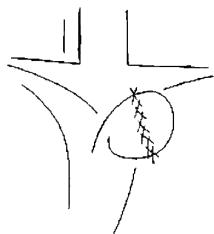


# LE CAREME

## 1. Qu'est-ce que le carême ?



Le mot Carême vient du mot quarante. Le temps du carême commence le mercredi des cendres et se termine à Pâques. Cette période dure quarante jours, sans compter les dimanches parce que c'est un dimanche que Jésus est ressuscité. Le dimanche, ce n'est donc pas Carême !

## 2. A quoi sert le carême ?

Complète le texte avec ces mots : abîmer, joie, Dieu, purification, désert, Pâques, péché, Bible, jours.

Le Carême sert à se préparer à la plus grande fête chrétienne : celle de ..... . C'est un temps où l'on fait le point sur sa vie, un peu comme on fait un ménage de printemps dans sa maison. On cherche tout ce qui dans notre vie nous éloigne de ..... et des autres. On appelle cela le ..... . Concrètement, c'est tout ce que l'on peut dire, faire ou penser qui va blesser le cœur de Dieu et ..... notre prochain.

Cette période de quarante jours nous rappelle d'autres événements racontés dans la ..... : les quarante ans que le peuple Hébreu a passé dans le ..... avec Moïse, ou encore les quarante ..... où Jésus lui-même s'est retiré dans le désert pour prier et jeûner.

Le nombre quarante symbolise donc l'attente, la préparation, la ..... . Attention, le carême n'est pas un temps de tristesse ! Nous libérer des choses qui encombrant notre vie, permet de retrouver une vraie ..... intérieure. Le but le Carême est de se préparer à la joie de la résurrection, à la victoire de Jésus sur la mort.



Vidéo à regarder sur : <https://www.youtube.com/watch?v=o6UtScCBBJM>

## 3. Le premier jour du carême : le mercredi des cendres.

Que se passe-t-il le mercredi des cendres ?

.....  
.....  
.....



Personne n'a une vie parfaite, et Dieu nous aime malgré nos imperfections. La cendre est là pour symboliser deux choses. La première : que nos corps ne sont pas immortels et que le but de toute la vie est de se préparer pour le jour où nous rejoindrons Dieu dans l'éternité. La deuxième : accepter que nous ne sommes pas parfaits, mais que nous pouvons faire des efforts pour être meilleurs.

Il faut donc nous laisser aimer de Dieu et recevoir son pardon : sans cela, nous ne pouvons pas nous rapprocher de lui.

Lorsque le prêtre dépose de la cendre, il dit une phrase. A toi de la décoder : chaque lettre de l'alphabet correspond à un nombre (A = 1 ; B = 2 ; C = 3 ; D = 4 ; E = 5 ; etc...).

3 15 14 22 5 18 20 9 19 19 5 26 – 22 15 21 19                      5 20                      3 18 15 25 5 26  
.....  
1            12' 5 22 1 14 7 9 12 5  
... .....

**4. Qu'est-ce qu'un péché ?**

As-tu déjà été blessé par l'attitude de quelqu'un ou une parole méchante ? Si oui, tu peux ressentir le mal que cela fait, que ce soit à toi ou à tes parents qui t'aiment et qui ne veulent pas que tu sois malheureux. Pour Dieu, c'est la même chose : tout ce que nous pouvons dire, faire ou penser qui blesserait les autres, blesse aussi le cœur de Dieu qui est le Père de tous. Nous ne pouvons pas nous améliorer tout seuls. Il nous faut l'aide Dieu. C'est pour cela que la prière est importante !

Un péché, c'est donc quelque chose qui abîme notre relation à Dieu et aux autres. Pour guérir cette blessure, il nous faut demander pardon et recevoir l'infinité bonté de Dieu. Cette démarche demande de l'entraînement, comme pour pratiquer un sport.

**5. Ce que nous pouvons faire pendant le carême.**

**A/ Prier :**

Tu peux prier seul dans ta chambre, dans le silence ou à voix haute, en récitant des prières connues. Tu peux aussi en inventer et dire ce que tu veux à Dieu dans ta tête : à part lui, personne n'en saura rien. Cela restera un secret entre toi et Lui. Tu peux prier aussi avec d'autres chrétiens. La messe est le moment le plus important de la vie de la communauté chrétienne, parce que c'est là que Jésus, vrai Dieu et vrai homme, se donne à nous par son corps et son sang. C'est surtout par cette communion qu'il nous donne la force dont nous avons besoin.

**B/ Se priver de petites choses :**

Certains chrétiens jeûnent au pain et à l'eau quelques jours pendant le carême : c'est une façon d'offrir cet effort pour des personnes seules, tristes ou malades. C'est comme une prière offerte à Dieu. Sans jeûner de façon aussi stricte, on peut tout simplement se passer de chocolat ou de jeux vidéo un jour ou deux. C'est l'occasion de voir si nous sommes dépendants de ces choses ou si nous sommes libres. Le but n'est pas de se faire du mal, mais de se libérer de ce qui n'est pas essentiel.



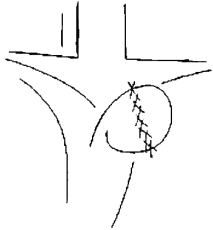
**C/ Partager :**

Peut-être y a-t-il dans ton collège un repas solidaire ou un bol de riz en faveur d'une association. Y participer fera du bien à quelqu'un, même si tu ne le connais pas. Nous pouvons aussi essayer de rendre service aux autres, juste pour leur faire plaisir ! Ou essayer de ne pas rendre le mal pour le mal, même en paroles, essayer de sourire...

Tu peux avoir une boîte chez toi et y glisser un papier chaque fois que tu fais un effort pendant le carême, puis les compter le jour de Pâques !

Vidéo à regarder sur : <https://www.youtube.com/watch?v=au50LNHOu7k>

## 1. Qu'est-ce que le carême ?



Le mot Carême vient du mot quarante. Le temps du carême commence le mercredi des cendres et se termine à Pâques. Cette période dure quarante jours, sans compter les dimanches parce que c'est un dimanche que Jésus est ressuscité. Le dimanche, ce n'est donc pas Carême !

## 2. A quoi sert le carême ?

Complète le texte avec ces mots : abîmer, joie, Dieu, purification, désert, Pâques, péché, Bible, jours.

Le Carême sert à se préparer à la plus grande fête chrétienne : celle de Pâques. C'est un temps où l'on fait le point sur sa vie, un peu comme on fait un ménage de printemps dans sa maison. On cherche tout ce qui dans notre vie nous éloigne de Dieu et des autres. On appelle cela le péché. Concrètement, c'est tout ce que l'on peut dire, faire ou penser qui va blesser le cœur de Dieu et abîmer notre prochain.

Cette période de quarante jours nous rappelle d'autres événements racontés dans la Bible : les quarante ans que le peuple Hébreu a passé dans le désert avec Moïse, ou encore les quarante jours où Jésus lui-même s'est retiré dans le désert pour prier et jeûner.

Le nombre quarante symbolise donc l'attente, la préparation, la purification. Attention, le carême n'est pas un temps de tristesse ! Nous libérer des choses qui encombrant notre vie, permet de retrouver une vraie joie intérieure. Le but le Carême est de se préparer à la joie de la résurrection, à la victoire de Jésus sur la mort.



Vidéo à regarder sur : <https://www.youtube.com/watch?v=o6UtScCBBJM>

## 3. Le premier jour du carême : le mercredi des cendres.

Que se passe-t-il le mercredi des cendres ?

.....  
.....  
.....



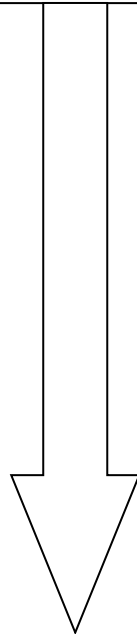
Personne n'a une vie parfaite, et Dieu nous aime malgré nos imperfections. La cendre est là pour symboliser deux choses. La première : que nos corps ne sont pas immortels et que le but de toute la vie est de se préparer pour le jour où nous rejoindrons Dieu dans l'éternité. La deuxième : accepter que nous ne sommes pas parfaits, mais que nous pouvons faire des efforts pour être meilleurs.

Il faut donc nous laisser aimer de Dieu et recevoir son pardon : sans cela, nous ne pouvons pas nous rapprocher de lui.

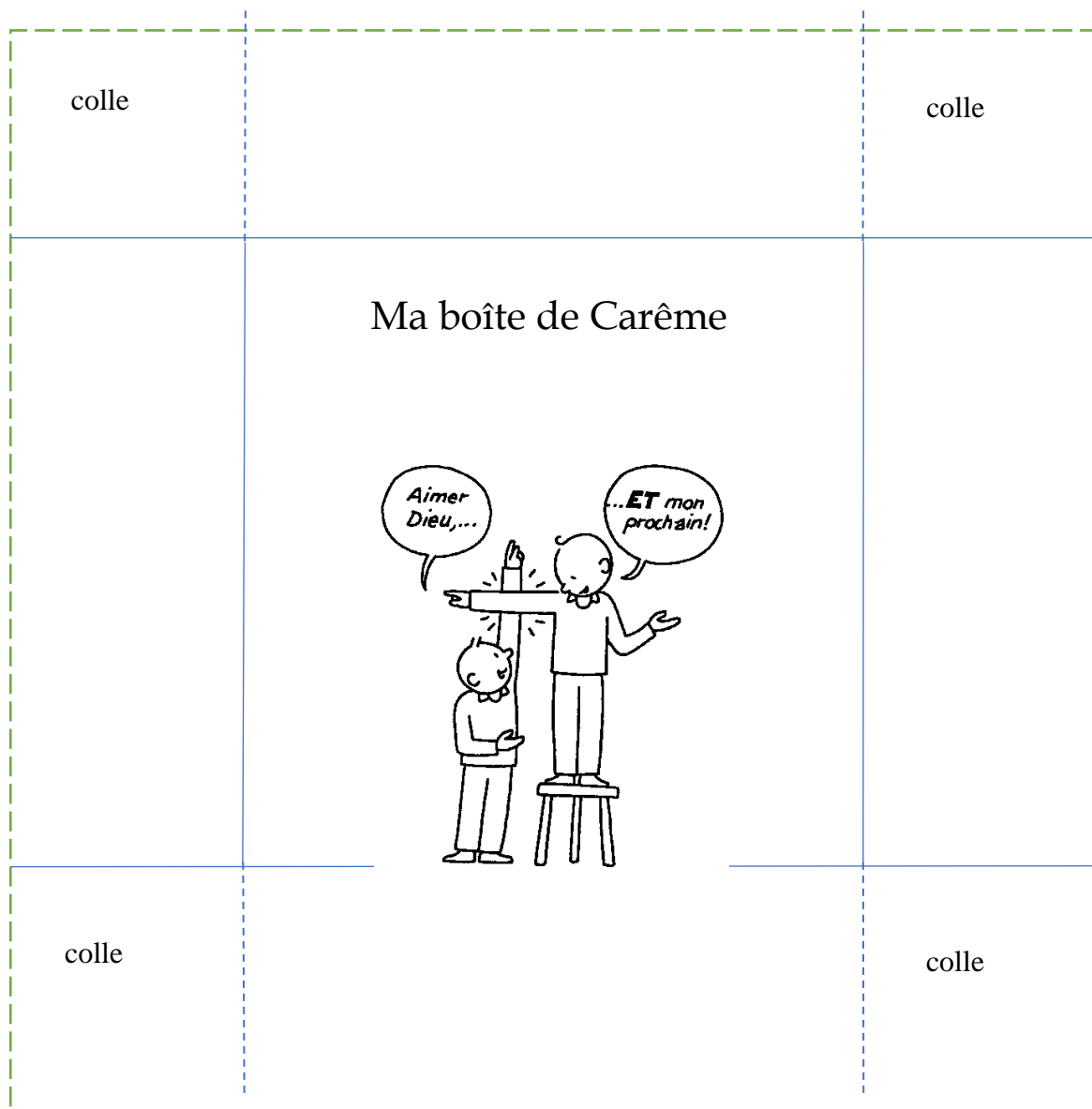




Modèle à imprimer sur les quatre pages suivantes



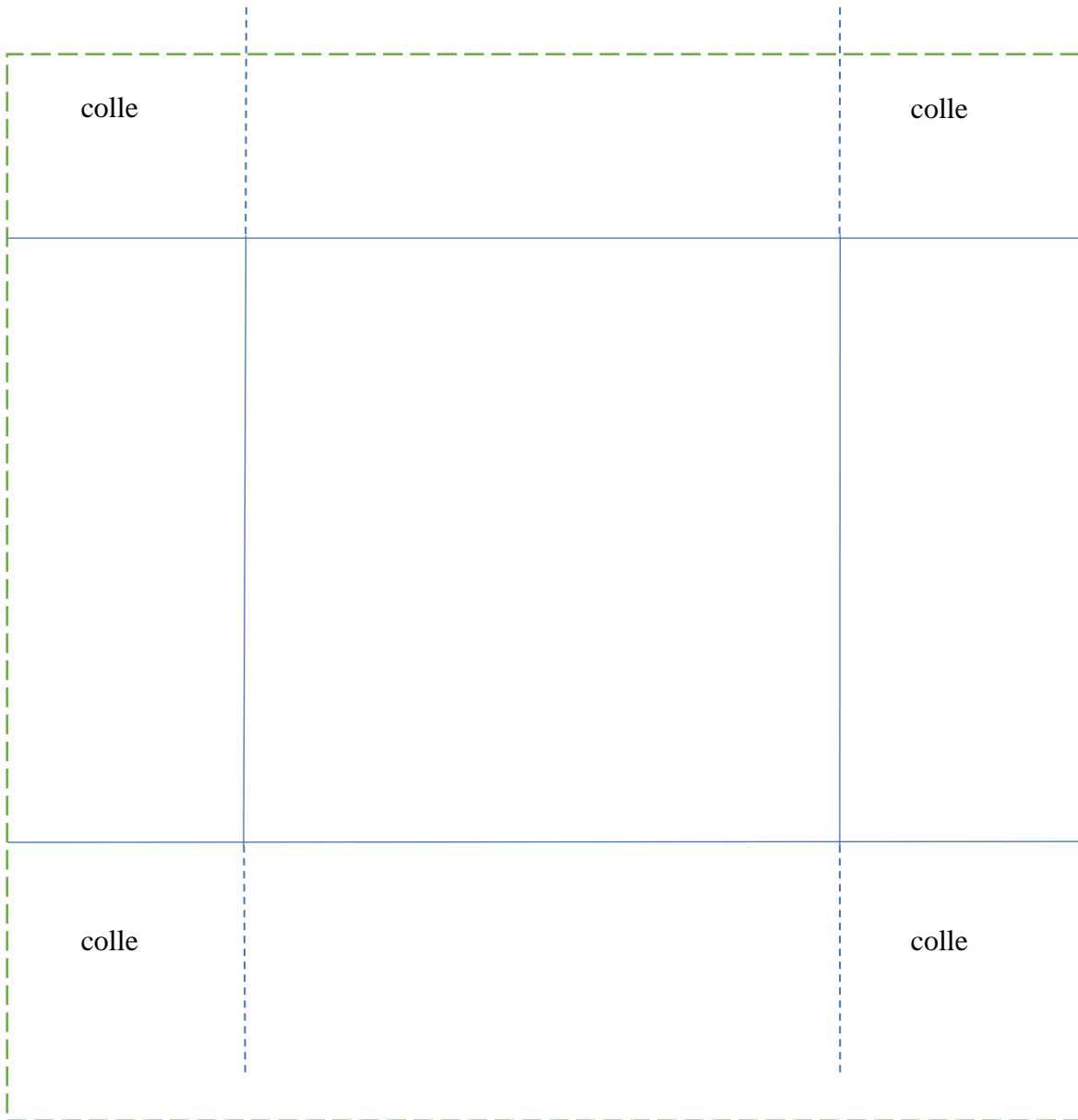
# Ma boîte à efforts de Carême à la maison (partie dessus recto)



————— Traits de pliure  
- - - - - Traits de découpage

Cette Page est blanche : c'est normal. Imprimez-la quand même !

Ce document est à imprimer recto / verso sur deux feuilles : l'une pour faire le socle, l'autre pour faire le couvercle.



Traits de pliure



Traits de découpage



Ma boîte à efforts de Carême à la maison (partie dessous verso)

Cette Page est blanche : c'est normal. Imprimez-la quand même !

Ce document est à imprimer recto / verso sur deux feuilles : l'une pour faire le socle, l'autre pour faire le couvercle.