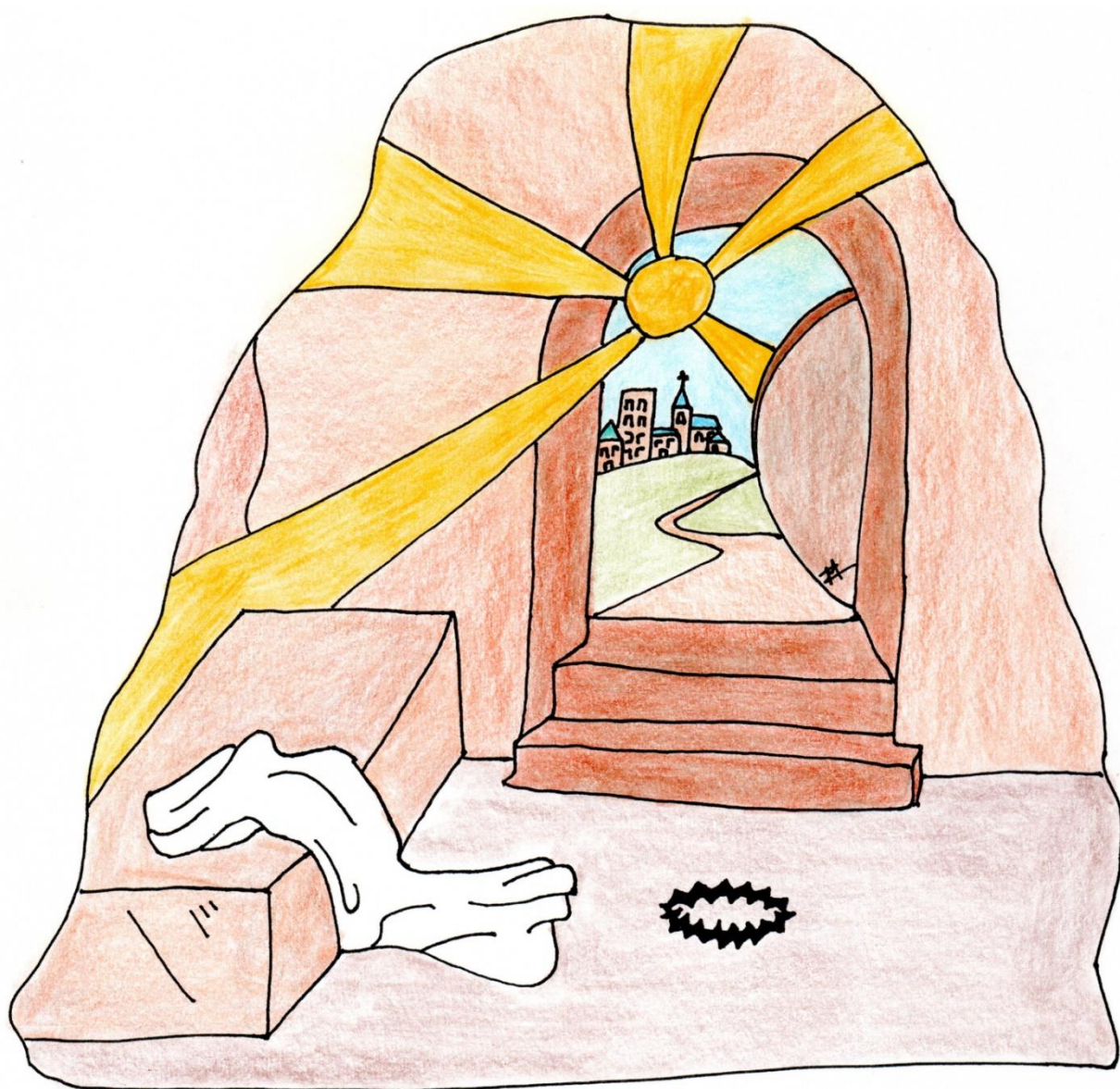


# Le Carême :

## Chemin de foi, avec Dieu,

### Source de Vie



**Mon nom et mon prénom :**

# Le Carême

Le Carême est arrivé : c'est le moment d'une grande aventure.

Pendant 40 jours, Jésus nous demande de faire encore plus d'efforts de partage, de prière et de pardon afin de pouvoir marcher vers la Lumière.



La Semaine Sainte commence le Dimanche des Rameaux et se termine par la grande fête de Pâques, la fête de l'amour.

Nous acclamons Jésus ressuscité et vivant.

De semaine en semaine, pendant le carême, toi aussi, tu es invité à te tourner vers Jésus, avec l'aide de tes parents et de tes catéchistes :

Pour nous aider à marcher vers Pâques, nous allons élaborer **un arbre de vie**.

*(la fiche technique de fabrication disponible sur le site [cate-ouest-56.fr](http://cate-ouest-56.fr) rubrique « Carême et temps pascal ».)*



Nous vous invitons aussi, à la demande du Pape François, à vivre **une « grande symphonie de prière »**, car il désire que chacun d'entre nous entre en relation profonde avec Dieu en l'écoutant et en l'adorant.

Chaque jour, nous vous proposons que chaque jour, un temps de prière avec cette petite méthode :

Mets-toi à l'aise, installe-toi dans une bonne position.

Respire tranquillement et lentement.

Ferme les yeux et prend conscience de tout ce qui te passe par l'esprit.

Puis laisse ces pensées s'en aller et entre dans un silence intérieur.

Pour t'y aider tu peux fredonner le chant : je fais silence, je pense à toi, mon Dieu je t'aime, tu es en moi, mon Dieu je t'aime tu es en moi.

Fais un beau signe de croix.

Ouvre-toi à Dieu : pardon pour ....., s'il te plaît, merci

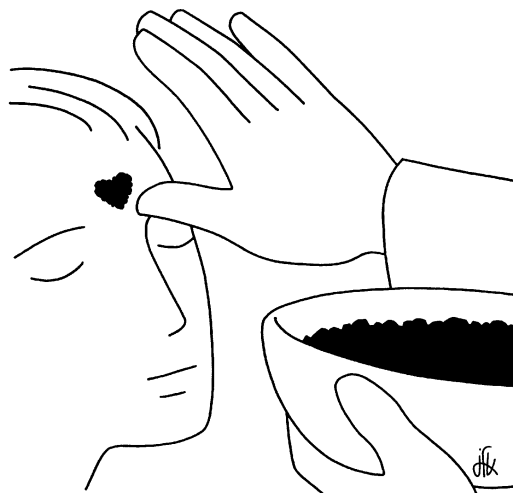


**Bon Carême !**

# Mercredi des Cendres

Ton Père qui voit dans le secret,  
il te le revaudra. »

Mt 6, 4



## Activités :

À toi de jouer ! Apprends le chant : « Dis-moi Jésus comment vivre le Carême »

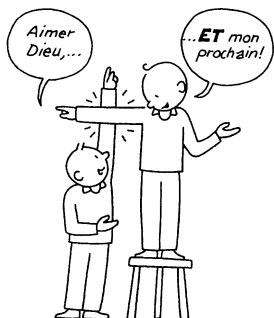
( Médiaclap éditions)

Dis-moi, Jésus, comment vivre le Carême  
Dis-moi, dis-moi comment faire pour aimer.  
Dis-moi, Jésus, comment vivre le Carême  
Dis-moi, dis-moi ce que je peux partager !



1. Un peu de temps, dans ma journée  
Faire une pause pour te parler.  
Prendre une bougie et l'allumer  
Fermer les yeux, pour t'écouter.

2. Tous les bonbons, que j'ai gardés  
Dans un tiroir, là, bien cachés  
Je veux pouvoir juste les donner  
Ça donne la joie d'les partager.



3. S'il y a quelqu'un qui est tombé  
Je l'aiderai, à se r'lever  
Si un copain, est en train d'pleurer  
J'irai tout d'suite le consoler.

**Arbre de vie** : prépare l'arbre et le petit jardin de sable ; sur la 1<sup>ère</sup> branche de l'arbre, note les trois mots de tes efforts de carême :



**Partager, Prier, Jeûner.**

**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**Gestes et attitudes pour exprimer la prière** :

**Faire le signe de croix** qui est le signe des chrétiens, la croix va très haut dans le ciel pour nous mettre en lien avec Dieu le Père, puis elle descend jusqu'en bas sur la terre pour rappeler que Jésus est venu dans notre monde pour nous sauver du péché et elle va très loin à gauche et très loin à droite pour dire que l'Esprit Saint vient dans et pour le monde entier !

Le signe de croix avec sœur Agathe



Au nom



du Père



du Fils



du Saint-



Esprit

AMEN



Être assis, c'est se disposer à une attitude d'écoute.

Se tenir debout, c'est manifester une attitude de respect, d'attention, d'accueil, d'acclamation, de dignité.



S'agenouiller, c'est entrer dans une attitude de recueillement, d'humilité. C'est reconnaître que Dieu est le plus grand de tous.

**Prions :**

Seigneur,  
aide-moi à regarder tout ce qui est  
beau dans ma vie.

# 1<sup>er</sup> dimanche de Carême

Aussitôt l'Esprit pousse Jésus au désert. Il y resta 40 jours. Puis il partit pour la Galilée. Il disait :  
« **Convertissez-vous et croyez à l'Évangile.** »

*d'après Mc 1, 12-15*

## Activités :

À toi de jouer ! Retrouve les 7 différences :



**Arbre de vie** : sur la 2<sup>ème</sup> branche, note :

**« convertissez-vous et croyez »**



**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La prière d'adoration** : Dans les églises, une petite lumière rouge à côté du tabernacle rappelle que, par son Corps (l'hostie consacrée lors de la messe), Jésus est réellement présent dans le tabernacle.

Pour certains temps de prière, le prêtre prend dans le tabernacle une grande hostie (le Corps de Jésus) et la met dans un ostensor (souvent en forme de grand soleil) sur l'autel.



Nous pouvons alors adorer Jésus. Comment ?

\*Fais un beau signe de croix.

\*Mets-toi à genoux en regardant soit la petite lumière rouge soit Jésus, hostie, dans l'ostensor.

\*Fais silence et laisse Jésus te parler, c'est un cœur à cœur entre vous deux. Tu peux lui dire : Jésus je t'aime, parle-moi, je te fais confiance.

\*Garde le silence.

\*Chante un petit refrain :

♪ ♪ ♪ ♪ « **Je fais silence** » ♪ ♪ ♪ ♪

Danielle Sciaky et Michel Wackenheim « Sel de vie 7/9 » de la CRER



**R/ Je fais silence, je pense à Toi  
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi (bis)**



Je veux t'écouter,  
Étendre mes bras,  
En moi tout se tait,  
Pour être avec toi.

Je veux te parler,  
De tous mes amis,  
C'est comme un secret,  
Que je te confie.

Je veux murmurer,  
Merci pour la vie,  
Tu me l'as donné,  
Voilà qu'elle grandit.

**Prions :**

Seigneur,  
je sais que tu connais mon cœur et mes  
pensées. Porte un regard doux et plein de  
compréhension sur moi.

# 2<sup>ème</sup> dimanche de Carême

Jésus emmène Pierre, Jacques et Jean sur une haute montagne à l'écart.

Jésus est transfiguré devant eux.

Ses vêtements deviennent resplendissants. Pierre ne savait que dire tant était grande leur frayeur.

Une voix se fit entendre :

« **Celui-ci est mon Fils bien aimé.**  
**Ecoutez-le !** »

*D'après Marc 9, 2-10*



## Activités :

À toi de jouer ! Colorie.



**Arbre de vie** : sur la 3<sup>ème</sup> branche, note :

« Écoutez-le ! »



**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**Prière d'Action de grâce, de louange** : rendre grâce = dire merci. On dit merci à Dieu pour ce qu'il a fait pour nous en réponse à une demande formulée ou non. On a tellement confiance en Dieu que nous Lui rendons grâce car nous croyons que nous avons déjà beaucoup reçu.

Chante :

Je veux chanter ton amour Seigneur,  
Chaque instant de ma vie,  
Danser pour toi en chantant ma joie,  
Et glorifier ton nom !



*Paroles et musique : M. Dannaud, de l'Emmanuel*



**Prions :**

Seigneur,  
merci pour ta présence, tous les jours,  
à mes côtés.



# 3<sup>ème</sup> dimanche de Carême

Comme la Pâque juive était proche, Jésus monta à Jérusalem. Dans le Temple, il trouva installés les marchands de bœufs, de brebis et de colombes, et les changeurs. Il fit un fouet avec des cordes, et les chassa tous du Temple, ainsi que les brebis et les bœufs ; il jeta par terre la monnaie des changeurs, renversa leurs comptoirs, et dit aux marchands de colombes :

« Enlevez cela d'ici. Ne faites pas de la maison de mon Père une maison de commerce. »...

**Les disciples crurent à l'Écriture et à la parole que Jésus avait dite...**



*D'après Jean 2, 13-25*

## Activités :

**À toi de jouer !** Entoure les images de ce qui était vendu dans le Temple.



**Arbre de vie** : sur la 4<sup>ème</sup> branche, note :

**« Croyez à la Parole de Jésus ! »**



**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La prière de communion** : elle nous invite à demeurer et vivre ensemble. L'Eucharistie nous envoie porter du fruit, à vivre de ce don et à être au service des autres à l'exemple de Jésus pauvre et humble : c'est le fondement de la vie chrétienne.

Chante :

1. Comme l'argile se laisse faire  
Entre les mains agiles du potier,  
Ainsi mon âme se laisse faire,  
Ainsi mon cœur te cherche, toi, mon Dieu.



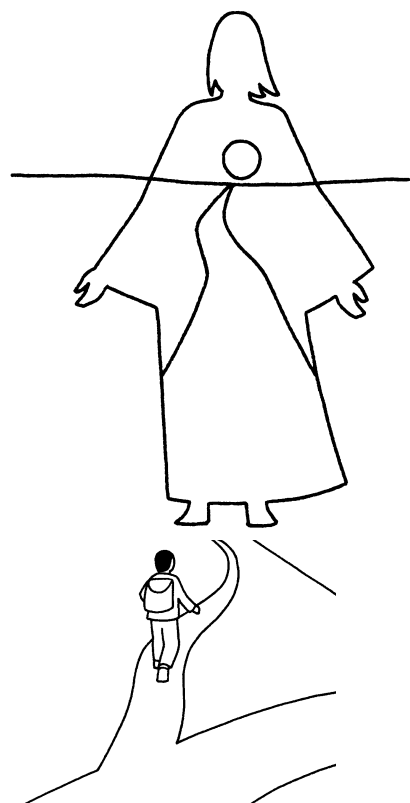
*Paroles et musique : B. Ben,  
de l'Emmanuel*

**R. Je viens vers toi, Jésus.**

**Je viens vers toi, Jésus.**

2. Comme une terre qui est aride  
Ainsi mon cœur désire ton eau vive.  
Tu es la source qui désaltère,  
Qui croit en toi n'aura plus jamais soif.

3. Comme un veilleur attend l'aurore  
Ainsi mon âme espère en ta Parole.  
Car ta Parole est une lampe,  
Une lumière allumée sur mes pas.



**Prions :**

Seigneur,  
fais que je sois à ton écoute,  
afin que je puisse regarder les autres  
avec la même douceur que toi.

# 4<sup>ème</sup> dimanche de Carême

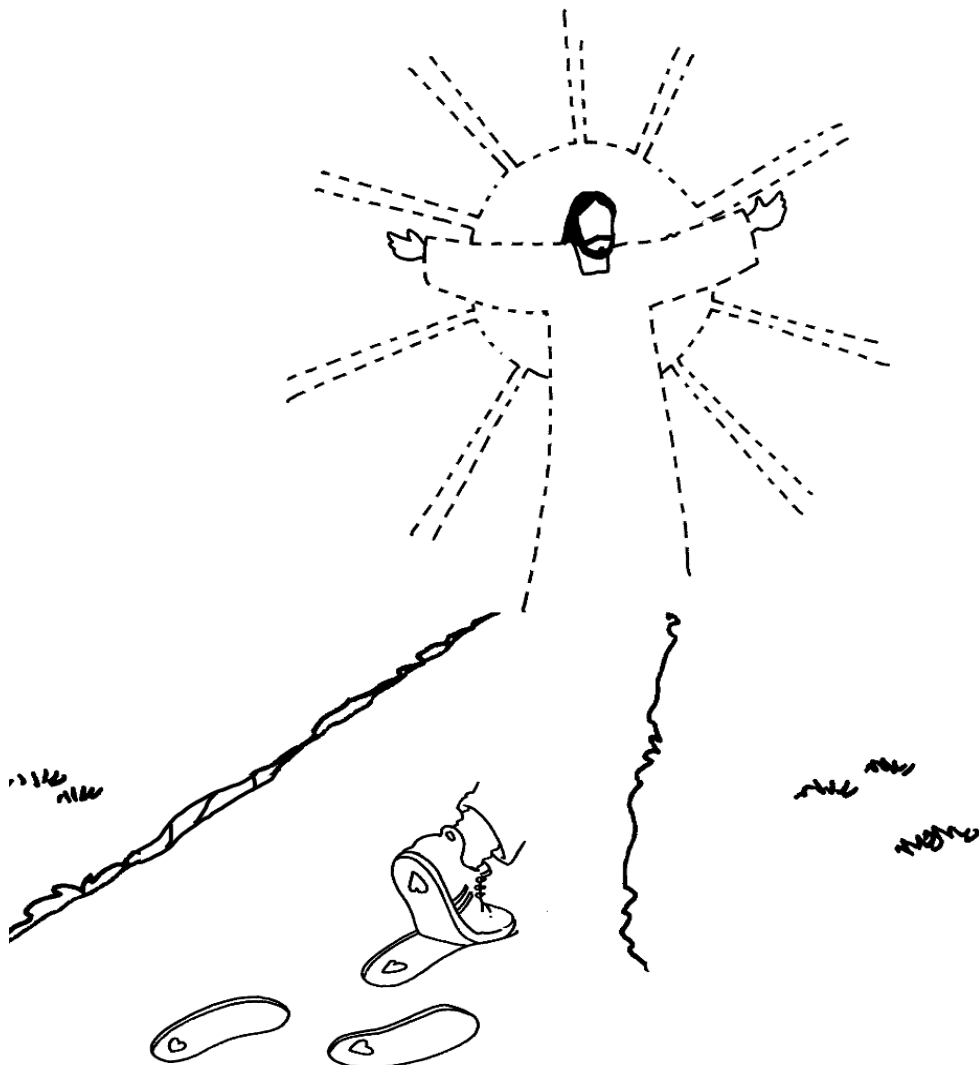
Jésus disait à Nicodème : (...) **Dieu a envoyé son Fils dans le monde, non pas pour juger le monde, mais pour que, par lui, nous soyons sauvés.** (...) celui qui fait la vérité vient à la lumière, afin que ses œuvres soient reconnues comme des œuvres de Dieu.

*D'après Jn 3, 14-21*



## Activités :

**À toi de jouer !** Termine de tracer le dessin de Jésus lumière pour le monde et colorie-le.



**Arbre de vie** : sur la 5<sup>ème</sup> branche, note :

**« Dieu a envoyé Jésus dans le monde pour nous sauver ! »**



**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La prière intérieure de demande** : « La prière (...) permet à chaque homme et à chaque femme de ce monde de se tourner vers le Dieu unique, pour lui dire ce qui est caché dans le secret du cœur. » Pape François

Chante :

Jésus, toi qui as promis  
d'envoyer l'Esprit à ceux  
qui te prient,  
O Dieu, pour porter  
au monde ton feu,  
Voici l'offrande de nos vies



*Paroles et musique : Communauté de l'Emmanuel (C. Blanchard)*



**Prions :**

Seigneur,  
tu nous aimes tellement  
que tu a envoyé ton Fils, Jésus,  
pour nous sauver.

# 5<sup>ème</sup> dimanche de Carême

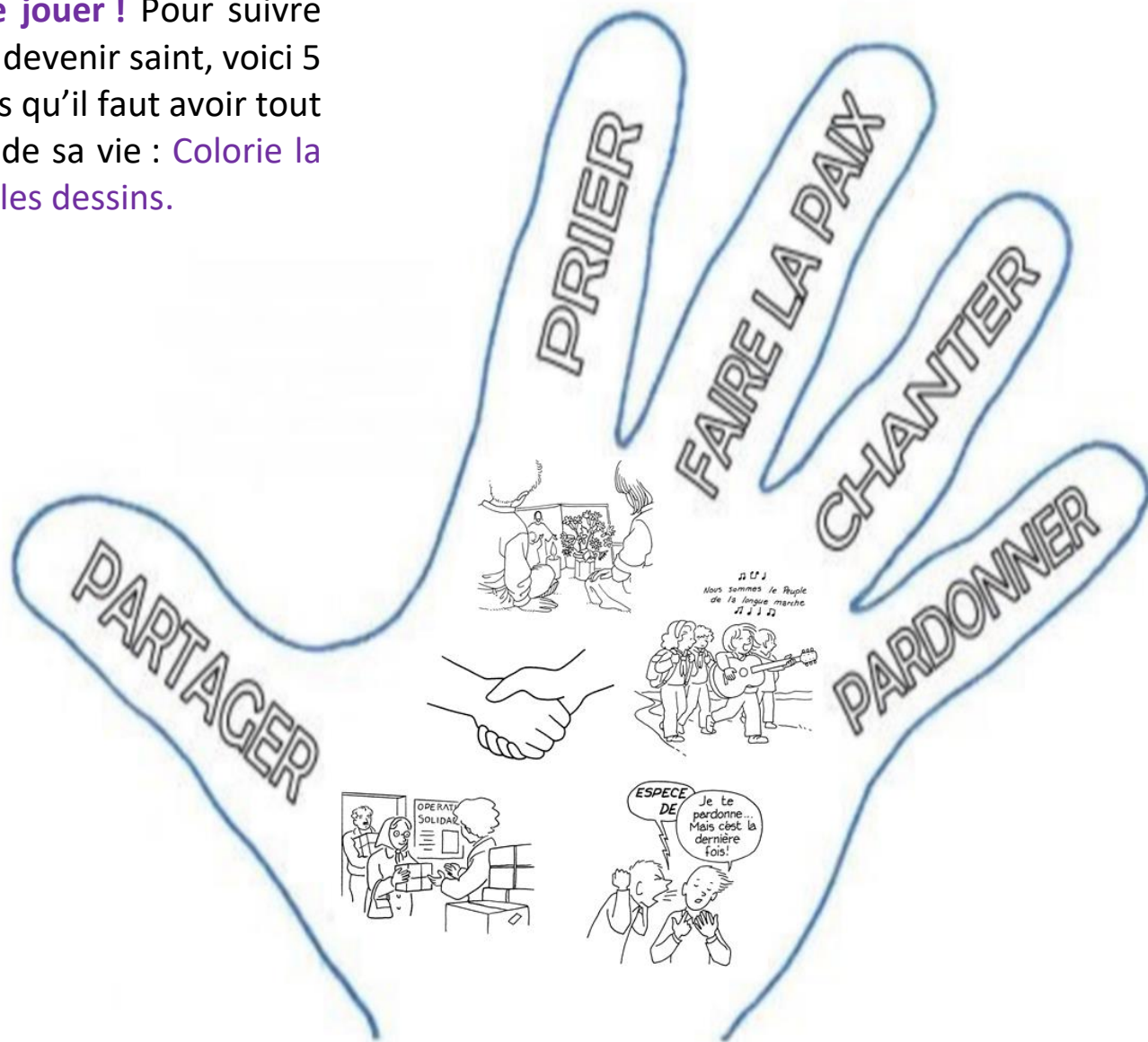
(...) Jésus leur déclare : « (...) Si quelqu'un veut **me servir, qu'il me suive** ; et là où moi je suis, là aussi sera mon serviteur. Si quelqu'un me sert, mon Père l'honorera. (...) »

*D'après Jn 12, 26*



## Activités :

**À toi de jouer !** Pour suivre Jésus et devenir saint, voici 5 attitudes qu'il faut avoir tout au long de sa vie : **Colorie la main et les dessins.**



**Arbre de vie** : sur la 6<sup>ème</sup> branche, note :

« **Suivre Jésus et le servir** ».



**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

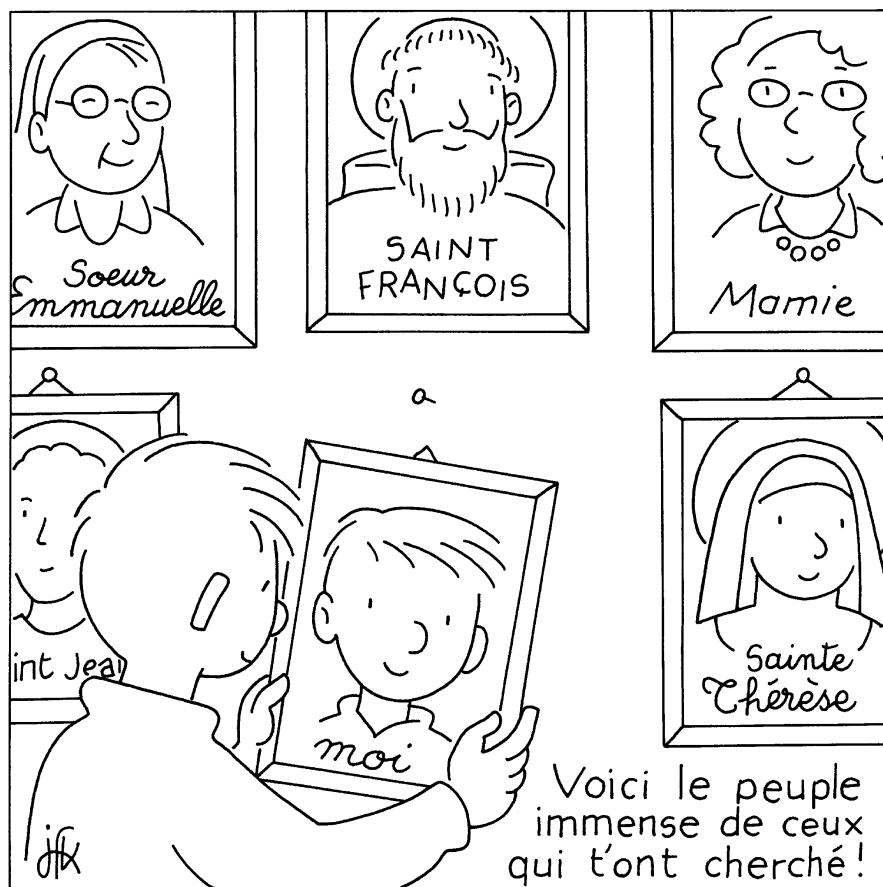
**La prière, voie royale vers la sainteté** : Nous devons contempler, glorifier, tout en étant dans l'action afin de devenir des saints.

Chante :

Rendons gloire à notre Dieu,  
Lui qui fit des merveilles,  
Il est présent au milieu de nous,  
Maintenant et à jamais.



Paroles et musique : Communauté  
de l'Emmanuel (J.-F. Léost)



**Prions :**

Seigneur, conduis-moi.  
Montre-moi le chemin à suivre  
pour devenir une bonne personne  
servante et priante.

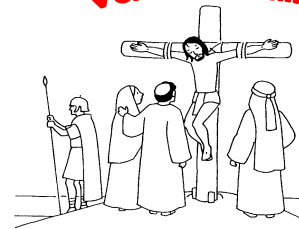
# La Semaine Sainte



## Jeudi Saint

Jésus, tu donnes  
ta vie pour nous.  
Tu nous sauves  
de la mort.  
Merci, Seigneur !

## Vendredi Saint



## Les Rameaux

## Pâques



## La fête de la vie

## Activités :

**Arbre de vie :** Tout au long de la Semaine Sainte, nous te proposons d'avancer pas à pas avec Jésus. Nous compléterons la partie où il y a du sable. Avec l'aide d'un adulte, fabrique la grotte qui sera le tombeau de Jésus.

**Symphonie de prière :** Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**Force de la prière :** nous sommes invités à prier Jésus, tous les jours.

## Les Rameaux



Le petit âne de Béthanie extrait du livre « Premiers pas vers Dieu » Ed. Tardy

*Lorsque j'étais un petit âne, j'habitais le joli village de Béthanie, pas très loin de Jérusalem. Un beau jour de printemps, j'étais attaché près de la porte de mon maître, à l'entrée du village. Et voilà que deux messieurs s'approchent et commencent à me détacher. Mon maître sort de la maison et crie d'un ton furieux : « Qu'est-ce que vous faites-là ? » Les messieurs répondent : « C'est le Seigneur qui en a besoin. » Ils me détachent et m'emmènent avec eux. Je me suis laissé faire car je voulais savoir qui c'était le Seigneur. Mon maître nous suivait tout radouci.*

*Et voilà que nous arrivons vers un groupe de gens assez nombreux. Nous nous arrêtons auprès d'un homme qui était assis un peu à l'écart. « Tiens, Jésus, regarde le joli petit âne que nous avons trouvé ! » Celui qu'ils appellent Jésus se lève, il me regarde, et me donne un baiser sur mon museau.*

*Un des messieurs qui m'avait amené, enlève son manteau, le met sur mon dos, comme une selle, et voilà Jésus qui s'assied sur moi à califourchon. Un petit coup de talon et je comprends qu'il faut se mettre en route. À ce moment, il s'est passé quelque chose d'extraordinaire. Ils se mettent tous à enlever leur manteau ou leur veste, et à les jeter sur la route devant moi. Cela faisait comme un beau tapis de toutes les couleurs, bien doux à mes sabots. Même mon maître a jeté par terre sa belle tunique à rayures toute neuve.*

*D'autres allaient couper des branches fleuries et les agitaient en criant et en chantant : « Hosanna, Hosanna, Hosanna au plus haut des cieux ! »*

*D'après Luc 19, 22-40*

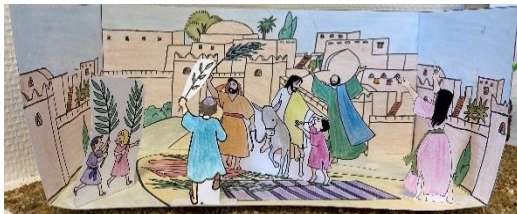


## Activités :

**À toi de jouer !** Colorie le dessin de Jésus sur l'âne dans la croix à la page 15.

**Arbre de vie :** avec l'aide d'un adulte, fabrique le diorama de l'entrée de Jésus à Jérusalem et pose-le sur le sable. (*Cate Ouest 56 rubrique Temps liturgique, onglet Carême-Pâques.*)

Assoies-toi devant pour écouter un adulte te raconte l'histoire du petit âne.



**Symphonie de prière :** Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La prière du Notre Père :** Comme les disciples, nous ne savons pas toujours parler à Dieu. Jésus nous donne la prière du Notre Père. Elle est un cadeau pour prier. Elle est la prière de tous les chrétiens. Quand nous la disons tous ensemble à l'église, elle nous fait tous frères et sœurs.

1-Notre Père, qui est aux cieux,  
Que ton nom soit sanctifié,

2-Que ton règne vienne,  
Que ta volonté soit faite  
Sur la terre comme au ciel.

3-Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce  
jour.

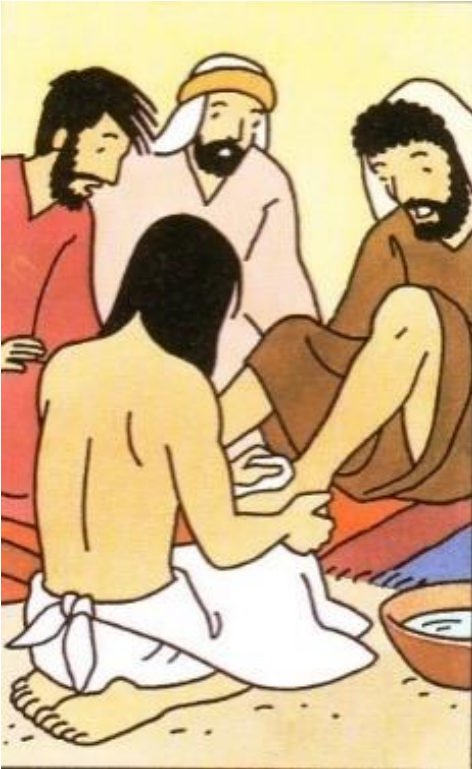
4-Pardonne-nous nos offenses comme nous  
pardonnons aussi  
A ceux qui nous ont offensés.

5-Et ne nous laisse pas entrer en tentation,  
Mais délivre-nous du mal.

1-Car c'est à toi qu'appartiennent  
Le règne, la puissance et la gloire  
Pour les siècles des siècles. Amen.



## Le Jeudi Saint



Jésus rassemble ses Apôtres pour un dernier repas. Il veut préparer leur cœur à tout ce qui va se passer.

Il se met à genoux devant Pierre pour lui laver les pieds. Pierre refuse que Jésus, le Seigneur, lui lave les pieds comme un simple serviteur.

Mais Jésus insiste : « Faites comme moi, vous aussi, soyez au service les uns des autres et aimez-vous comme je vous ai aimés. »

*D'après La belle histoire de Jésus*

Pendant le repas, Jésus prend le pain, il le bénit, le partage et le donne à ses amis en disant : « Ceci est mon corps livré pour vous. »

Puis Jésus prend la coupe de vin, il la bénit et leur donne en disant : « Ceci est mon sang qui sera versé pour tous les hommes, pour le pardon des péchés en signe de mon amour pour toujours. »

*D'après La belle histoire de Jésus*

Pendant le repas, Jésus prend du pain, le bénit et le partage à ses apôtres.

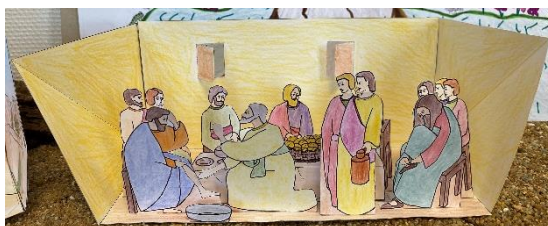


## Activités :

**À toi de jouer !** Colorie le dessin du repas de Jésus avec ses disciples, dans la croix à la page 15.

**Arbre de vie :** avec l'aide d'un adulte, fabrique le diorama du dernier repas de Jésus avec ses disciples à Jérusalem et pose-le sur le sable. (*Il est à demander au service de catéchèse.*)

Assoies-toi devant pour écouter un adulte te lire et t'expliquer ce que Jésus a fait ce soir là.



**Symphonie de prière :** Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La prière d'adoration :** à la fin de la messe du Jeudi Saint, des personnes restent dans l'église pour prier devant Jésus.

Une grande hostie, qui est Jésus, est mise dans un grand soleil, un ostensor, et on prie devant.

Tu peux , toi aussi rester quelques minutes. Tu te mets dans une position où tu seras bien, tu regardes cette grande hostie dans l'ostensoir et tu parles à Jésus : Jésus je t'aime, parle-moi, je te fais confiance.

Voici un petit refrain que tu peux également chanter :

**Jésus me voici devant toi,  
tout simplement dans le silence,  
rien n'est plus important pour moi,  
que d'habiter en ta présence.**

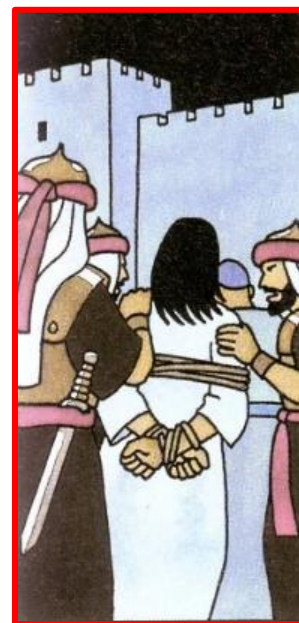


Jean-Claude Gianadda



**Prions :**

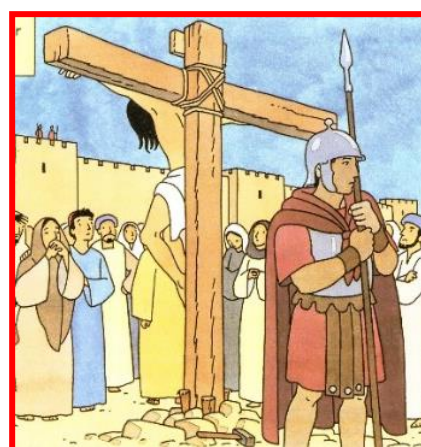
Jésus je t'aime, parle-moi,  
je te fais confiance.



Après le repas, Jésus va avec ses amis dans le jardin des Oliviers afin de prier. Des soldats viennent arrêter Jésus.

## Le Vendredi Saint

Jésus est condamné à mort. Il doit porter une lourde croix jusqu'en haut d'une colline appelée Golgotha. Là-bas, les soldats mettent Jésus en croix. Il meurt sur la croix.  
Il est ensuite descendu de la croix et mis dans un tombeau.



### Activités :

**À toi de jouer !** Colorie le dessin du repas de Jésus mis en croix, dans la croix à la page 15.

**Arbre de vie :** avec l'aide d'un adulte, positionne les trois croix dans le jardin, sur le sable.

Assoies-toi devant pour écouter un adulte te lire et t'explique ce qui est arrivé à Jésus après le repas avec ses disciples.

À la fin de la lecture et de l'explication, ferme le tombeau avec la pierre.



**Symphonie de prière :** Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La chemin de croix :** à l'école ou dans ton église, tu vas peut-être vivre un chemin de croix. C'est-à-dire que tu vas regarder des images, des tableaux sur lesquels tu vois un moment important de la vie de Jésus.

Tu peux dire : **merci Jésus de nous aimer tellement fort.**

# Dimanche de Pâques

Trois jours plus tard, le dimanche matin, Marie-Madeleine, une amie de Jésus, va au tombeau. Elle voit que la grosse pierre a été roulée sur le côté. Elle s'écrie : « le corps de Jésus n'y est plus, c'est sûr, on l'a volé ! »

Elle va vite le dire à Pierre et Jean : « Le corps de Jésus n'est plus dans le tombeau ! » En entendant cette nouvelle, Pierre et Jean se précipitent au tombeau. Dans le tombeau, ils ne voient que le drap qui enveloppait le corps de Jésus.

*D'après la Bible illustrée des petits*



## Activités :

**À toi de jouer !** Colorie le dessin de Marie-Madeleine au tombeau, dans la croix à la page 15.

**Arbre de vie :** avec l'aide d'un adulte, roule la pierre qui fermait le tombeau et met Marie-Madeleine et les disciples.

Assoies-toi devant pour écouter un adulte, te lire et t'expliquer ce qui s'est passé pour Marie-Madeleine et les disciples.

Met des feuilles et des fleurs sur les branches de l'arbre.



**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La prière communautaire** : Nous sommes tellement heureux que Jésus soit là, présent, au milieu de nous, que nous nous retrouvons tous à l'église afin de fêter la grande fête de Pâques tous ensemble !

♪♪♪ « **Par toute la terre !** » ♪♪♪

Paroles et musique : Communauté de l'Emmanuel (A. Lavardez)

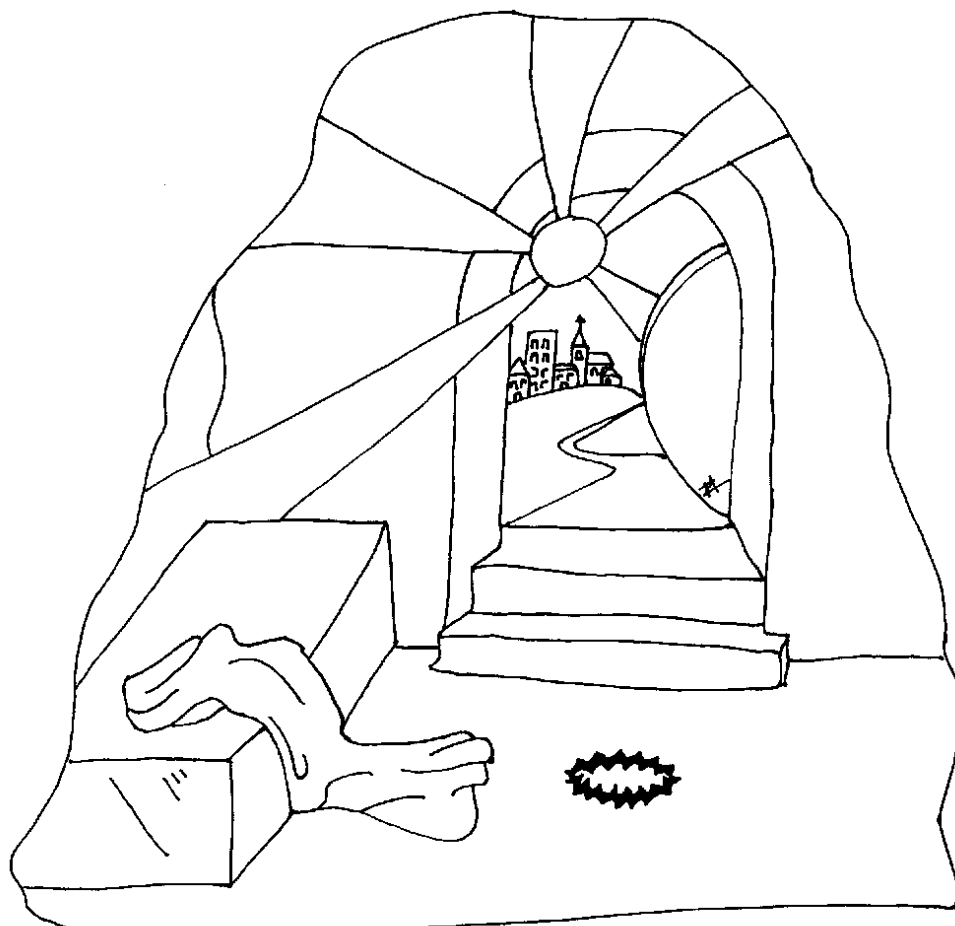
1. Par toute la terre il nous envoie  
Témoigner de son Amour.  
Proclamer son Nom et son Salut,  
Dans la force de l'Esprit !  
Car nos yeux ont vu et reconnu,  
Le Sauveur ressuscité,  
Le Saint d'Israël, né de Marie,  
Fils de Dieu qui donne vie !

2. Par sa vie donnée, son sang versé,  
Il a racheté nos vies,  
Il détruit les portes des enfers,  
Il nous sauve du péché.  
À tout homme il offre le Salut,  
Don gratuit de son Amour ;  
Vivons dans sa gloire et sa clarté,  
Maintenant et à jamais !



**R. Criez de joie, Christ est ressuscité !  
Il nous envoie annoncer la vérité !  
Criez de joie, brûlez de son amour,  
Car il est là, avec nous pour toujours !**

3. Pour porter la joie Il nous envoie,  
Messagers de son Salut !  
Pauvres serviteurs qu'il a choisis,  
Consacrés pour l'annoncer !  
Que nos lèvres chantent sa bonté,  
La splendeur de son dessein,  
Gloire à notre Dieu, Roi tout puissant,  
Éternel est son amour !

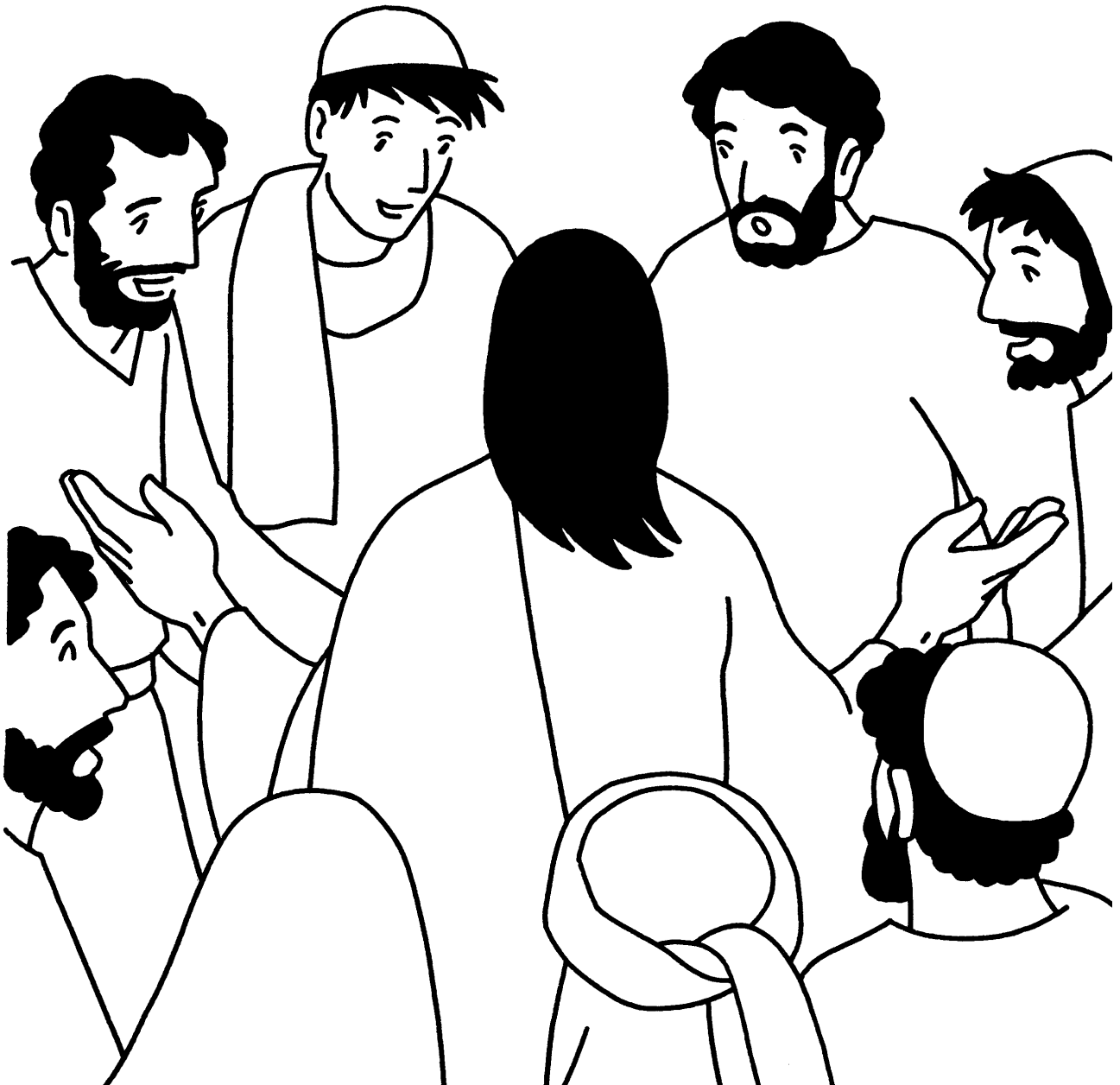


# Dimanche de la Divine Miséricorde

Le soir de Pâques, Jésus ressuscité apparaît à ses apôtres. Il leur dit : « La paix soit avec vous ! » Une semaine plus tard, Jésus revient au Cénacle. Thomas touche les mains et les côtés de Jésus pour croire que c'est bien lui.

## Activités :

**À toi de jouer !** Jésus est là au milieu d'eux et il leur donne la paix. **Colorie ce dessin.**



**Arbre de vie** : avec l'aide d'un adulte, dessine un très bel arc-en-ciel au dessus de l'arbre de vie qui symbolise la paix de Dieu pour tous les hommes de la terre.



**Symphonie de prière** : Avec l'aide des parents et/ou des catéchistes :

**La prière** : Nous sommes le dimanche de la divine Miséricorde, le cœur de Dieu qui se penche sur toutes nos bêtises et sur toutes nos tristesses. Comme sainte Faustine, qui a vu le cœur de Jésus rempli d'amour, chante Dieu notre Sauveur !

Chante : jour de joie, jour de victoire

*Paroles et musique : Mady Ramos*



Jour de joie, jour de victoire,  
Il étend sa main d'en haut,  
Me retire des grandes eaux :  
Il me saisit et me délivre !

Le Seigneur est mon appui  
Devant tous mes ennemis !  
Dieu se lève avec éclat  
Et il marche devant moi.(bis)



*Les textes bibliques viennent de la Belle histoire de Jésus édition Mame, la Bible illustrée des petits édition Mame. Les images viennent des « Mille images » de JF Kieffer, l'Évangile en BD édition Mame, la Bible en famille édition Bibli'o, Marie R et Pixabay. La musique de Youtube*