

**Carême Année C**

**"Le carême,  
c'est se libérer  
pour se donner"**

**Mercredi des Cendres – 5 mars 2025**

**1<sup>er</sup> dimanche de Carême – 9 mars**

**2<sup>ème</sup> dimanche de Carême -16 mars**

**3<sup>ème</sup> dimanche Carême – 13 mars**

**Mi-Carême**

**4<sup>ème</sup> dimanche Carême – 30 mars**

**5<sup>ème</sup> dimanche Carême – 6 avril**

**Fête des rameaux - 13 avril**

**Jeudi Saint – 17 avril**

**Vendredi Saint - 18 avril**

**Samedi Saint – 19 avril**

**Dimanche de Pâques -20 avril**

**Nous proposons chaque semaine, à chacun, adulte et enfant,  
un verset biblique et son commentaire  
à méditer, à questionner pour votre vie !**



**Trouver les textes sur <https://www.aelf.org/bible>**



**Une revue : le [hors-série Prions en Eglise Pâques](#) avec un journal de bord pour adultes et enfants, des activités pour chaque jour à se procurer en ligne ou en librairie**

Pour ce visuel, nous nous sommes inspiré du hors-série Prions en Eglise Pâques 2022

**Des sites pour vivre le carême chez soi en ligne**

<https://careme.retraitedanslaville.org/> site dominicain

<https://prienchemin.org/inscription-careme/> site jésuite pour adultes

<https://prienchemin.org/careme-en-famille-presentation/> site jésuite pour familles

**Une vidéo 1mn35 expliquant le carême de façon ludique pour tous, adultes et enfants**

<https://videotheque.cfrit.tv/video/tablettes-de-foi-careme/>

# **Le carême, 40 jours pour revenir vers Dieu**

**Carême vient de Quadragesima, un mot latin qui veut dire quarantième.**

**Après le quarantième jour de carême, nous fêtons Pâques.**

**Le carême, c'est quarante jours pour nous préparer à fêter la résurrection de Jésus.**

**40 un nombre symbolique : les 40 jours évoquent les 40 ans pendant lesquels le peuple hébreu a vécu dans le désert avant d'arriver en terre promise, les 40 jours que Jésus a passé dans le désert pendant lesquels il a résisté aux tentations de Satan.**

**40 : symbolique d'une vie d'homme. Nous n'avons pas trop de toute notre vie pour renoncer à ce qui nous sépare des autres et de Dieu.**

**Faut-il se priver pendant le carême ?**

**Il s'agit de se restreindre**

**pour ressentir notre fragilité devant Dieu.**

**C'est une entreprise de libération intérieure !**

**Se vider du superflu. Aller à l'essentiel !**

**A côté du jeûne, il y a le partage et la prière.**

**Faire peu de choses mais par amour !**

**Se priver pour sentir la faim de Dieu.**

**Ce n'est pas seulement une faim de pain**

**mais une faim de la Parole de Dieu !**

## *Mercredi des cendres*

### *Matthieu 6, 1-18*

**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.**

#### **Adulte**

#### **Méditer :**

La liberté intérieure est un don de Dieu.  
Sachons lâcher prise  
et nous laisser visiter !

**Enfant :** note sur un agenda les moments que tu vas choisir pendant le carême pour prier dans le secret de ton cœur.



# 1<sup>er</sup> DIMANCHE DE CARÊME

Évangile : Luc 4, 1-13

L'Esprit pousse Jésus au désert,  
pendant 40 jours

« C'est devant le Seigneur  
que tu te prosterneras,  
à lui seul tu rendras un culte »



## Adulte

**« Jésus refuse de s’asseoir sur les hauteurs pour se donner l’illusion qu’il dirige le monde ... Dieu est la seule forteresse, le seul rocher qui tienne sans nous écraser et écraser nos contemporains. Le moment est venu de descendre des lieux éloignés où nous nous trouvons pour vivre pleinement. »** Marie-Laure Durand - Texte extrait du Hors-série Prions en Eglise Pâques 2022

## Enfant

Lis [Luc 4, 1-13](#) ou regarde le dessin animé

<https://www.catechese-par-la-parole.catholique.fr/collection-04-recevoir#tentations-de-jesus>



Cite les paroles de Jésus pour chacune des 3 tentations du diable :

-Dominer le monde : .....

-Avoir le pouvoir : .....

-Avoir la gloire : .....

Et toi, par quoi es-tu tenté quelquefois ?



## 2<sup>ème</sup> DIMANCHE DE CARÊME

Luc 9, 28-36

Pierre et ses compagnons  
étaient accablés de sommeil ;  
mais, restant éveillés,  
ils virent la gloire de Jésus, et  
les deux hommes à ses côtés.



## **Adultes**

**Les disciples accablés de sommeil, restent éveillés et découvrent la gloire du Seigneur. Restons éveillés !**

**Demandons la grâce d'un renouveau dans la prière,  
d'« habiter avec nous-même » dit St Grégoire le Grand**

D'après Sr Emmanuelle Billoteau - Texte extrait du Hors-série Prions en Eglise Pâques 2022

## **Enfants**

**Joue et regarde une vidéo de la transfiguration**

<https://www.catechese-par-la-parole.catholique.fr> Onglet Spécial jeunes

**Demande à Jésus de te donner sa lumière.**



# 3<sup>ème</sup> DIMANCHE DE CARÊME

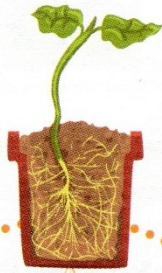
Luc 13, 1-9

“Maître, laisse-le encore  
cette année,  
le temps que je bêche autour  
pour y mettre du fumier.  
Peut-être donnera-t-il  
du fruit à l’avenir. »



# Terreau

**A**u début du printemps, les plantes peuvent avoir besoin d'aide pour reprendre leur croissance. En prenant soin de mes plantes, je peux méditer le livre de la Genèse: « Dieu dit encore: "Je vous donne toute plante qui porte sa semence sur toute la surface de la terre, et tout arbre dont le fruit porte sa semence: telle sera votre nourriture" » (Gn 1, 29).



## Rempoter

Certaines plantes sont à l'étroit.  
1<sup>er</sup> indice: leur terreau a perdu en qualité, est devenu compact ou sec.  
2<sup>e</sup> indice: les racines tournent ou bien sortent par en dessous.  
La solution la plus simple est de les repoter dans un pot plus grand avec du terreau frais.



## Resurfacier

Certaines plantes sont plus difficiles à repoter. Vous pouvez simplement retirer une couche de terreau – environ 1/3 du pot – et le remplacer par du neuf.



## Engraisser

De l'engrais organique (compost, fumier en granulés...) fortifiera vos plantes. Incorporez-le au terreau avec un petit râteau ou une fourchette. Les arbustes fruitiers, les aromates (sauf le thym) ou les vivaces comestibles en bénéficieront particulièrement!

## Adulte

**Que pouvons-nous bêcher dans notre vie ? Qu'est-ce qui retient notre soin et nous demande à être redynamisé ? ...**

**Le moment qui nous sépare de Pâques est le bon moment pour se mettre à jardiner.**

Marie-Laure Durand - Texte extrait du Hors-série Prions en Eglise Pâques 2022

## Enfant

**Jardine avec les conseils ci-après. Pense à l'importance de prendre soin de notre terre. Tu peux dire merci au Seigneur pour la création et pour la vie qu'il t'a donnée.**

## 4<sup>ème</sup> DIMANCHE DE CARÊME

Luc 15, 1-32

« Ton frère que voilà  
était mort,  
il est revenu à la vie ;  
il était perdu,  
et il est retrouvé !" »



## **Adulte**

**Le père ici sait perdre pour retrouver ... L'amour prend des risques...  
A chacun de découvrir, à la lumière de l'Écriture, ce qu'il a à lâcher, de  
quelle zone de confort sortir, par quel type de pauvreté se laisser creuser,  
pour apprendre à vivre et à aimer comme un authentique chercheur en  
quête de Dieu et d'une plus grande vérité dans la relation à celui-ci, à soi-  
même et à autrui.**

D'après Sr Emmanuelle Billoteau - Texte extrait du Hors-série Prions en Eglise Pâques 2022

## **Enfant**

Lis le texte [Luc 15, 1-32](#) ou regarde un dessin animé

<https://www.catechese-par-la-parole.catholique.fr/2022-collection-15-revenir> Onglet Spécial Jeunes



**As-tu déjà été touché(e) par la joie de recevoir le pardon ?**

**As-tu déjà vécu cette joie dans ton cœur en offrant ton pardon, en  
pardonnant ?**

## 5<sup>ème</sup> DIMANCHE DE CARÊME

Jean 8, 1-11

**« Moi non plus, je ne te  
condamne pas »**

**Adulte : Où sont-ils donc ? ... Si la femme regarde autour d'elle plus personne n'est présent, hormis Jésus et ses dessins sur le sol. Ces absences sont une bénédiction... A son tour, Jésus ne condamne pas cette femme et il lui dit. Si personne n'est là pour jeter la pierre, une réconciliation avec soi-même devient possible. Il n'est jamais trop tard pour consentir à la vie.**

Marie-Laure Durand - Texte extrait du Hors-série Prions en Eglise Pâques 2022

**Enfant : Comme Jésus, écris sur le sol avec ton doigt.  
Quelle parole choisis-tu d'écrire ?**



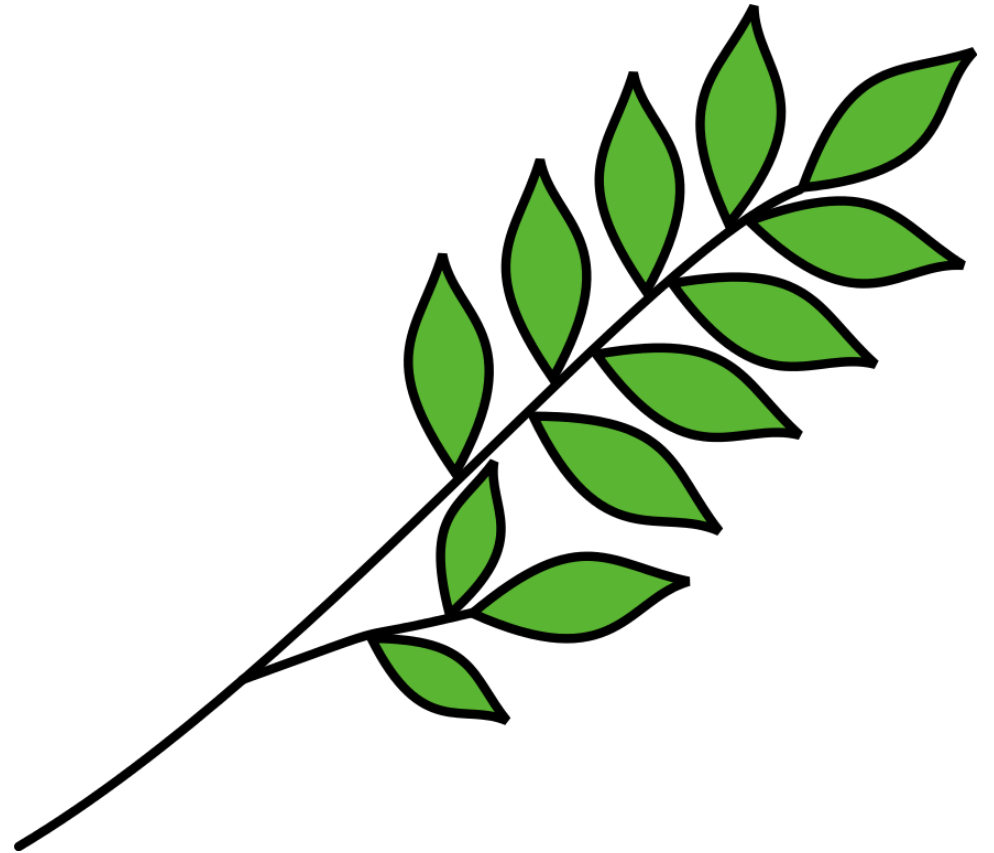
# **DIMANCHE DES RAMEAUX ET DE LA PASSION - 10 avril 2022**

**Luc 19, 28-40**

**Jésus entre à Jérusalem sur un petit âne,  
acclamé comme un roi.**

**La foule le salue avec des rameaux  
en chantant**

**« Hosanna ! Hosanna !  
Béni soit celui qui vient  
au nom du Seigneur ! »**



## **Adulte**

**En Jésus, Dieu se donne ... Dieu apparaît libre ...**

**Se situer dans la minorité de ceux qui reconnaissent Jésus, n'est-ce pas ramer à contre-courant des puissants de ce monde, s'exposer au danger – toutes choses qui conduisent à changer d'avis quiconque n'est pas enraciné à un certain niveau de profondeur dans ses convictions et sa relation à Dieu ? Laissons-nous interpeler par celui qui seul, peut nous montrer la route à suivre et accomplir son œuvre de salut en nous.**

D'après Sr Emmanuelle Billoteau - Texte extrait du Hors-série Prions en Eglise Pâques 2022



# Enfant Crée ton jardin de Pâques

## Jardin

Du jardin d'Éden au jardin de la Résurrection, de la Genèse au matin de Pâques, tout se passe dans un jardin... En ce début de Semaine sainte, je peux réaliser mon propre jardin de Pâques (page 56 *Pâques 2022*). Et, dimanche prochain, je n'oublierai pas de rouler la pierre!



© Corinne Simen

**Regarde chaque jour  
de la semaine sainte  
des dessins animés**

<https://www.catechese-par-la-parole.catholique.fr/16-videos-semaine-sainte>



**Nous entrons dans les trois jours de prière et de recueillement avant la résurrection de Jésus.**

**Jeudi Saint**

**Dernier repas de Jésus**

« Je ne boirai plus  
du produit de la vigne  
jusqu'au jour  
où je boirai le vin nouveau  
dans le royaume de Dieu »



**Vendredi saint**

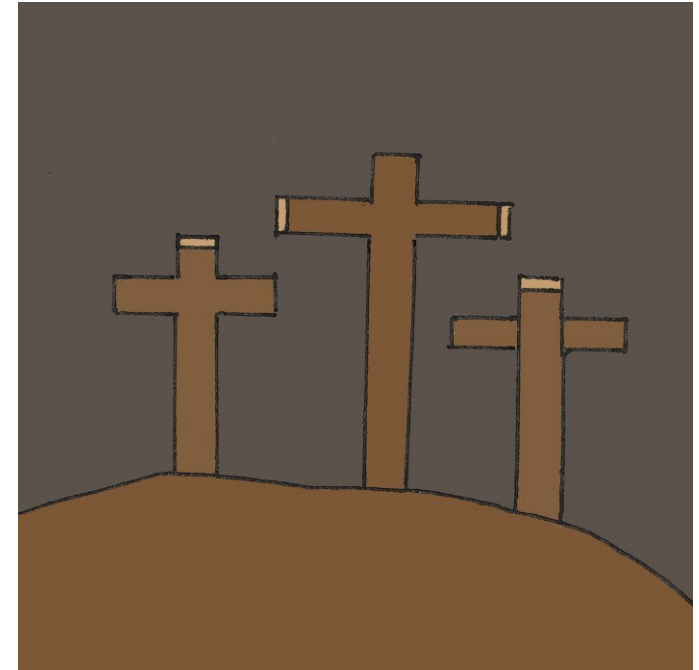
**Jour de jeûne**

**Jésus meurt sur la croix**

**Mon Dieu**

**mon Dieu**

**pourquoi m'as-tu abandonné ?**



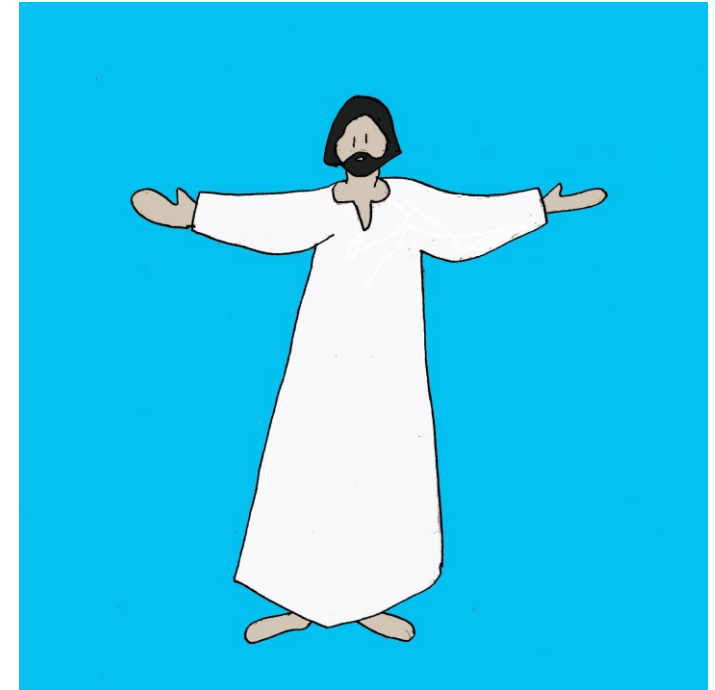
**Samedi Saint Jour de grand silence**

**Samedi soir Grande veillée pascale**

**La plus grande fête  
pour les Chrétiens  
On attend  
et on célèbre en communauté  
la résurrection de Jésus.**

**Dimanche Pâques**

**A l'aube, Jésus est ressuscité**



## Jean 20, 1-9

# « La pierre a été enlevée du tombeau »

### Adulte

**Le récit de ce matin de Pâques commence dans la nuit ... C'est dans cette nuit que la fête prend sens. Elle raconte que la lumière naît au moment où les lueurs d'espoir qui étaient les ténèbres finissent d'être englouties. Ce récit de la découverte du tombeau vide raconte l'action de Dieu et détaille donc avec précision les résurrections qui attendent dans nos vies ?**

Marie-Laure Durand - Texte extrait du Hors-série Prions en Eglise Pâques 2022