

## N°1 - Défi « Vocation »

**Passerelle :** N°1 : Avec l'« avocat », trouvez le nom du défi.  
"M'ocd zkbds zyeb vo nops Fymkdsyx"

Réponse : C'est parti pour le défi Vocation

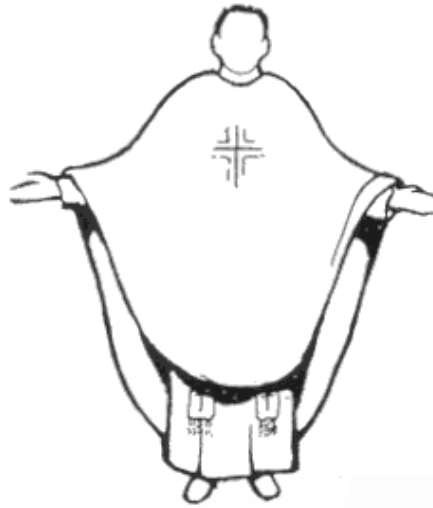
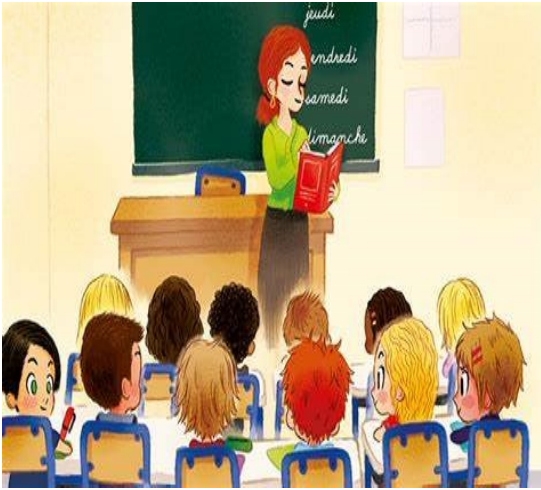
**Objectif :** Faire comprendre aux jeunes que le mot vocation n'est pas seulement lié aux missions ecclésiales, mais il est aussi utilisé au sens large pour désigner l'appel ou le désir que peuvent recevoir les personnes pour une mission ou activité professionnelle quelconque...

**Matériel :** Photos représentant plusieurs vocations.

### Déroulement :

- Disposer toutes les photos sur la table, chaque jeune choisit l'image qui l'inspire de plus.
- Pourquoi as-tu choisi cette image ?  
Quel rôle et quelle importance cela a-t-il dans la société ?  
Peux-tu donner le nom et la ville d'une personne que tu connais, qui fait ce qui est sur ton image ?
- A partir de ses explications, le jeune peut ainsi définir le mot vocation et dire quel est son rêve de vocation.
- On remet les images au milieu, et chacun choisit une autre image et idem on repose les questions
- Y a-t-il d'autres vocations que vous connaissez ?
- Qu'aimeriez-vous faire plus tard ?
- Il peut citer une vocation réalisée ou répondu par un de ses proches (parents, parrain ou marraine, tante, oncle, grands-parents...) et il peut en parler un peu plus, en donnant son importance dans la société.
- Quel est le type de vocation souhaite-t-il à son meilleur ami ?

A la fin du défi donner le puzzle et le mot et les coller sur la fresque.



© www.ClipartsFree.de



Download from  
Dreamstime.com

43328098  
Source: Makel | Dreamstime.com

Les banques sont dans le rouge



depositphotos Image ID: 178004786 www.depositphotos.com

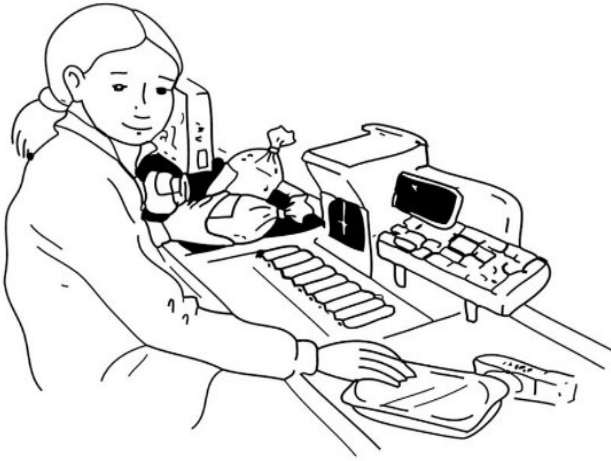


Illustration: Manuel Trahard creavea.com



©www.ClipartsFree.de



## N°2 - Défi « Time's up »

**Passerelle :** N°2 : Vous pouvez jouer tout de suite au défi « times up »

**Objectif :** Découvrir que la fraternité se vit aussi dans l'église.

**But :** Faire deviner à son équipe le plus de mots possibles.

**Matériel :**

- Cartes des mots
- Sablier/Chronomètre

**Constitution des équipes :**

S'il n'y a qu'une équipe : on la divise en deux.

S'il y a plusieurs équipes : elles jouent l'une après l'autre.

**Déroulement :**

Une partie se joue en 3 manches. Les cartes sont disposées en tas, face retournée.

Durant son tour, une personne dispose de 30 secondes pour faire deviner à son équipe le maximum de mots. Puis c'est à l'équipe suivante, puis à la première etc... en changeant à chaque fois la personne qui fait deviner. Une manche est terminée quand toutes les cartes ont été devinées.

Les manches :

**Première manche :** La personne qui fait deviner utilise tous les mots et les gestes qu'il souhaite.

**Deuxième manche :** On reprend toutes les cartes. On refait la même chose, mais la personne qui fait deviner ne peut dire qu'un seul mot.

**Troisième manche :** On reprend toutes les cartes. On refait la même chose, mais la personne qui fait deviner ne peut pas utiliser de mot. Il doit juste mimer.

A l'issue des 3 manches :

**Relecture :** Quelle est ma place dans la paroisse ? ou dans mon aumônerie ? ou dans mon école ?  
Comment je peux moi aussi être fraternel avec les gens qui sont autour de moi ?

A la fin du défi donner le puzzle et le mot et les coller sur la fresque.

PAROISSIEN	PRÊTRE	DIACRE	SERVANT D'AUTEL
SACRISTAIN	CATÉCHISTE	CHORALE	FLEURS
ORGANISTE	LECTEUR	COMPTABLE	ACCUEIL
ÉQUIPE DE NETTOYAGE	ÉQUIPE DE BAPTÊME	ÉQUIPE DE FUNÉRAILLE	ÉQUIPE DE PRÉPARATION AU MARIAGE
ÉQUIPE DE CONFIRMATION	SCOUTS	ANIMATEURS	SECRÉTAIRE
QUÊTEUR	ENFANT	ADULTE	FAMILLE

ÉGLISE	MAISON PAROISSIALE	SALLE DE CATÉ	SACRISTIE
ORATOIRE	TABERNACLE	AUTEL	BAPTISTÈRE
AMBON	CROIX	BIBLE	JOIE
ESPRIT SAINT	PÈRE	FILS	MOI
TOI	NOTRE ÉQUIPE D'AUJOURD'HUI	CEUX QUI NOUS ONT QUITTÉS	UN SAINT
PAPE	ÉVÊQUE	AMOUR	JÉSUS

**Passerelle :** N°3 : Mettez-vous tous en ligne et sauter à pieds joints sur 10 mètres pour vous préparer au défi « Respiration »

**Objectif :** Dans notre quotidien, tout va très vite, trop vite ! Le but de ce défi est d'apprendre à s'arrêter quelques instants, pour recharger ses batteries et gérer le stress, en utilisant un exercice respiratoire de pleine conscience, appelé "cohérence cardiaque".

**Durée :** 10' à 12' la première fois (exercice + relecture) • 5' les autres fois (exercice seul)

**Matériel :** Écran ou ordinateur ;  
Vidéo YouTube (<http://youtu.be/I5AY1qNpGCo> ou QR-Code ci-contre)



### Déroulement :

1. Installez-vous en position assise, le dos droit (on peut pratiquer également debout).
2. Détendez-vous et concentrez votre attention sur la respiration.
3. Lancez la lecture de la vidéo.
4. Pendant toute la durée de la vidéo (5 minutes) :
  - \* lorsque le cercle bleu monte, inspirez calmement (5 secondes)
  - \* puis, lorsqu'il descend, expirez (soufflez) tranquillement (5 secondes).

La cohérence cardiaque est un outil simple, gratuit, sans contre-indication, à la portée de tous, à pratiquer tous les jours, pour un maximum de bénéfices, selon la méthode "3.6.5." :

- ▶ **3 fois par jour** : 1 fois au lever, 1 fois avant le déjeuner et 1 fois en fin d'après-midi, car les bienfaits de la cohérence cardiaque durent environ 4h.
- ▶ **6 respirations par minute** : 5'' d'inspiration abdominale par le nez, puis 5'' d'expiration par la bouche.
- ▶ Pendant **5 minutes**, soit un total de 30 respirations.

### Relecture :

Y a-t-il quelque fois où je suis stressé ? énervé ? Dans quelles circonstances ?

M'arrive-t-il de m'emporter ? de dire des paroles qui dépassent mes pensées ? dans quelles circonstances ?

Est-ce que cet exercice pourrait m'aider dans ces moments-là ?

Y a-t-il d'autres moyens que je connais, où je peux prendre le temps, me mettre à l'écart ?  
(les réponses pourraient être : la prière, discuter avec d'autres sur ce qui m'agace...)

On pourrait prendre le temps de dire une prière :

*Seigneur, parfois je suis énervé, je m'emporte, je crie sur les autres, je réponds...*

*aide moi à me maîtriser, à réfléchir à la meilleure façon de répondre, donne-moi ta paix.*

A la fin du défi donner le puzzle et le mot et les coller sur la fresque.





## N° 4 - Défi « Création »

**Passerelle :** N°4 : Chacun à tour de rôle imite un animal, il ne faut pas 2 fois le même cri.  
Faites-en au moins 4 chacun.

### Objectif :

La planète nous est confiée à tous, que pouvons-nous faire pour la préserver ? Cette terre n'est pas que pour moi, c'est pour nous tous, et pour ceux qui viendront après nous.

### Matériel :

De la colle, des crayons de couleurs ou feutres.

Du papier

Des ciseaux

Tout ce qui est récupérable (cannettes, papiers, cartons, capsules, bouchons, emballages, ficelles, journaux... éviter de prendre plastique et alu, si c'est l'après-midi, fouiller dans votre poubelle pique-nique :-)

### Déroulement :

- Lire paragraphe 92 Laudato si, l'animateur lit :  
« Tout est lié, et, comme êtres humains nous sommes tous unis comme des frères et des sœurs dans un merveilleux pèlerinage, entrelacés par l'amour que Dieu porte à chacune de ses créatures et qui nous unit aussi, avec une tendre affection, à frère soleil, à sœur lune, à sœur rivière et à mère terre ».  
Que comprenez-vous ? Qu'en pensez-vous ?

On vit tous ensemble sur cette terre que ce soit les hommes, les animaux ou la flore ? vous avez entendu qu'il y a eu des incendies, des inondations, les séismes...

Toutes ces catastrophes sont survenues en grande partie à cause de l'homme.

Mais il y a des choses positives pour améliorer la vie sur notre terre, lesquelles ?

- On vous propose de créer un arbre à partir d'éléments recyclables en 3D ou sur un tableau ;
- Une fois l'arbre terminé, chaque jeune est invité à écrire sur un papier (ovales, ronds... symbolisant un fruit ou une feuille) une idée pour préserver la terre. L'animateur invite chaque jeune à s'engager à respecter ce qu'il a écrit.
- Chaque jeune lit devant les autres ce qu'il a choisi et vient le coller sur la fresque.

Prendre une photo de votre chef-d'œuvre et l'envoyer à : [catesite@cathocambrai.com](mailto:catesite@cathocambrai.com)

A la fin du défi donner le puzzle et le mot et les coller sur la fresque.





## N° 5 - Défi « Évangile »

**Passerelle :** Avant de donner l'enveloppe, faites noter le prénom des jeunes sur un petit bout de papier ;  
N°5 : Tirez au sort 3 prénoms. Ceux qui ont été tiré au sort racontent le plus merveilleux souvenir qu'ils ont eu avec leur frère ou sœur (si pas de frère et sœur, un cousin ou cousine).

**Objectif :** A travers l'évangile du Bon Samaritain (Lc 10, 25-37), découvrir que nous sommes tous le prochain de quelqu'un.

**Moyens :** Texte de l'évangile photocopié pour chacun des jeunes.

### Mise en œuvre de l'atelier :

- Distribuer le texte de l'évangile et demander à un (ou plusieurs) jeunes de lire le texte lentement.
- Demander aux jeunes de repérer les différents personnages et ce qu'ils font. (Ne pas oublier Jésus, le docteur de la Loi, et l'aubergiste)
- Préciser certains mots :
  - o Le samaritain : c'est un habitant de Samarie, région au nord du pays de Jésus. Les samaritains sont considérés comme des « faux frères » par les juifs, comme des personnes peu fréquentables. Il n'a pas le droit de rentrer dans un temple.
  - o Le lévite et le prêtre : Ce sont des personnes qui sont chargés du service du temple de Jérusalem, à des fonctions bien différentes. (Attention ici on ne parle pas d'un prêtre catholique).
  - o Un docteur de la loi : c'est un spécialiste des Écritures qu'on appelle aussi scribe.
  - o Pourquoi du vin et de l'huile ? Au temps de Jésus, on nettoyait les plaies avec du vin et on calmait les douleurs avec de l'huile.
- Demander ce qui les étonne, les interpelle.
- Essayer de comprendre l'attitude du prêtre et du lévite : pris par la règle de la pureté rituelle, ils ne peuvent pas toucher l'homme blessé, sur le bord du chemin, sans se rendre « impurs ». Cela peut nous surprendre... Est-ce cependant une raison suffisante pour laisser cet homme mourant sur le bord du chemin ? Et nous, qu'aurions-nous fait ?
- Regarder ce que fait le samaritain, alors qu'il est pourtant mal vu... Jusqu'où va-t-il dans l'aide qu'il apporte ? Quelle est son attitude ?

### Temps d'échange :

- Demander aux jeunes de choisir le personnage dont ils se sentent le plus proche. Et pourquoi ?
- Qui est celui qui se conduit en frère ? A quoi le reconnaissons-nous ? Et jusqu'où va-t-il dans sa manière d'être frère ?
- Quand ce temps d'échanges est fini, demander aux jeunes ce qu'ils retiennent et reprendre ensemble les éléments principaux :
  - Quand le docteur de la loi questionne Jésus, il lui répond par une parabole, pour l'aider à comprendre par lui-même qui est son prochain.
  - Le comportement du prêtre et du lévite, qui tout en se conformant à leurs obligations de pureté rituelle, manque clairement d'humanité. Ils se réfugient derrière la Loi et se faisant, ne viennent pas en aide à cet homme. Ils ne respectent pas ce commandement « tu aimeras ton prochain comme toi-même ».
  - C'est le samaritain, réputé être une personne mauvaise, qui va venir en aide au blessé contrairement à ce que l'on aurait pu attendre.
- Réflexion sur « être le prochain de quelqu'un » dans notre vie aujourd'hui :
  - A-t-on peur de certaines personnes ? Avons-nous des préjugés ? Est-ce que ce texte nous permet de les voir autrement ?
  - L'attitude du Samaritain est un exemple pour nous aujourd'hui : et nous aujourd'hui, comment pouvons-nous être le prochain de quelqu'un ? De qui suis-je le prochain ?

## Évangile de Jésus-Christ selon Saint Luc (Lc 10, 25-37)

25 Et voici qu'un docteur de la Loi se leva et mit Jésus à l'épreuve en disant :  
« Maître, que dois-je faire pour avoir en héritage la vie éternelle ? »

26 Jésus lui demanda : « Dans la Loi, qu'y a-t-il d'écrit ? Et comment lis-tu ? »

27 L'autre répondit : « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme, de toute ta force et de toute ton intelligence, et ton prochain comme toi-même. »

28 Jésus lui dit : « Tu as répondu correctement. Fais ainsi et tu vivras. »

29 Mais lui, voulant se justifier, dit à Jésus : « Et qui est mon prochain ? »

30 Jésus reprit la parole : « Un homme descendait de Jérusalem à Jéricho, et il tomba sur des bandits ; ceux-ci, après l'avoir dépouillé et roué de coups, s'en allèrent, le laissant à moitié mort.

31 Par hasard, un prêtre descendait par ce chemin ; il le vit et passa de l'autre côté.

32 De même un lévite arriva à cet endroit ; il le vit et passa de l'autre côté.

33 Mais un Samaritain, qui était en route, arriva près de lui ; il le vit et fut saisi de compassion.

34 Il s'approcha, et pansa ses blessures en y versant de l'huile et du vin ; puis il le chargea sur sa propre monture, le conduisit dans une auberge et prit soin de lui.

35 Le lendemain, il sortit deux pièces d'argent, et les donna à l'aubergiste, en lui disant :  
"Prends soin de lui ; tout ce que tu auras dépensé en plus, je te le rendrai quand je repasserai."

36 Lequel des trois, à ton avis, a été le prochain de l'homme tombé aux mains des bandits ? »

37 Le docteur de la Loi répondit : « Celui qui a fait preuve de pitié envers lui. »

Jésus lui dit : « Va, et toi aussi, fais de même. »



## N° 6 - Défi « Sportif »

**Passerelle :** N°6 : Trouvez le message grâce à ce code :

A=J B=L C=L D=C E=O F=C G=7 H=7 I=7  
 J=J K=L L=L M=C N=O O=C P=7 Q=7 R=7  
 S=V T=> U=< V=^ W=V X=> Y=< Z=A

J L L O A U E < 7 O A < O 7 <  
 7 E < 7 L O C 7 V 7 E 7 > 7 C

Le message à trouver est : « Allez, bougez un peu pour le défi « Sportif ! »

**Objectif :** Trouver les moyens de coopérer afin de réussir le défi. Ce n'est pas la rapidité qui compte, mais être bienveillant avec son binôme, et avoir un geste régulier, sans se faire mal.

**But :** Arriver à se coordonner pour avancer ensemble sur un parcours et découvrir après la relecture ce qui a permis de réussir (ex : on a plus d'idées ensemble et on se marre bien.)

**Matériel :**

- Écharpes ou bandes de tissu de 1 m environ.
- Chaises.

**Déroulement :**

On crée plusieurs équipes de 3 skieurs.

Les 3 skieurs se placent l'un derrière l'autre et le premier attache son pied gauche (à l'aide d'une écharpe ou du morceau de tissu) avec le pied gauche de celui qui est derrière lui et de même avec le troisième.

On fait la même chose avec le pied droit.

Dans la salle, on place des chaises pour faire un parcours de slalom (on peut le faire à l'extérieur si le temps le permet). Chaque équipe se lance en prenant soin de ne pas renverser les obstacles.

Les skieurs peuvent se tenir par les épaules.

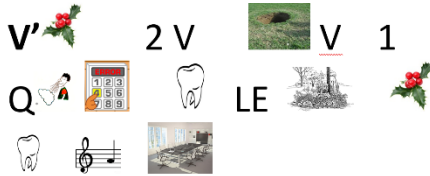
**Relecture :** Qu'est ce qui nous a permis de réussir ?

A la fin du défi donner le puzzle et le mot et les coller sur la fresque.

## N°7 - Défi « Chanson »

**Passerelle :** N°7 : Décrivez le rébus pour découvrir quelque chose.

N°7 : Trouvez le rébus pour découvrir quelque chose.


 Ils doivent trouver :  
 « Vous devez trouver un QR code dans le jardin ou dans la salle »

**Objectif :** Créer le couplet d'une chanson, **ne leur dites pas tout de suite**.

### Matériel :

- Un QR CODE à cacher plus ou moins en évidence selon le lieu (cf. la fiche « passerelle avant les défis »)
- Un rébus par équipe (cf. la fiche « passerelle avant les défis »)
- Les paroles de la chanson (voir au dos)
- Du papier, des stylos
- Un téléphone ou un ordinateur (pour lancer la chanson)

### Déroulement :

1) **Une fois trouvé le QR CODE**, vous laissez les jeunes le scanner. Écoutez la chanson.

Si vous avez un souci avec le QR code, vous pouvez écouter la chanson sur : <https://youtu.be/h6TSvuXil-A>

2) **Demandez aux jeunes :** Connaissez-vous cette chanson « Amis dans le Seigneur » ?

Invitez les jeunes à la découvrir, à la chanter grâce aux paroles, pour avoir l'air bien en tête avant d'expliquer le défi.

3) **Mise en commun :**

On parle d'amitié : c'est quoi pour vous l'amitié ?

De quel ami s'agit-il dans la chanson ? Est-il vraiment notre ami dans notre cœur ?

Qui est Jésus par rapport à Dieu le Père ? Alors qui sommes-nous par rapport à Jésus et à Dieu le Père ?

*(Nous sommes tous des fils et des filles de Dieu, tous enfants de Dieu, nous sommes tous frères, alors nous sommes tous frères et sœurs de Jésus-Christ)*

Y a-t-il une différence entre un frère et un ami ? Est-ce que je me sens plus le frère ou l'ami de Jésus ?

Si nous sommes tous frères et amis de Jésus Christ, à quoi sommes-nous invités ?

4) Après ce temps de partage, vous proposez de créer un couplet de ce chant qui sera repris entre le refrain : « Amis pour le Seigneur ». Il faut donc créer 4 phrases. Écrire le couplet sur la fresque.

5) Ensuite à vous de chanter un refrain, votre couplet et un refrain.

On peut faire une vidéo du groupe qui chante.

*(Attention de mettre en format paysage, pour soutenir vos voix, mettez le chant en fond musical).*

Envoyez-nous la vidéo : [catesite@cathocambrai.com](mailto:catesite@cathocambrai.com)

**ATTENTION :** Il faut que pour ce défi, **vous ayez bien l'accord d'autorisation parentale concernant les médias**, si un jeune ne peut être filmé, il peut malgré tout, chanter, inventer avec les autres, et chanter avec les autres en dehors de la zone qui est filmée.

A la fin du défi donner le puzzle et le mot et les coller sur la fresque.

## Paroles de la chanson Amis dans le Seigneur

*auteurs : Samuel Brouillet, Claire Châteaignier,*

**Refrain : Risquons-nous d'être amis dans le Seigneur  
Oserons-nous ouvrir nos portes,  
Ouvrir nos cœurs à cet homme,  
Ce Dieu pour la vie qui nous nomme Amis.**

1. Quand mon chemin a commencé  
Tu es venu m'accompagner  
Et Tu es là tout près de moi  
Ami aujourd'hui, Ami pour la vie !
2. Sur mon chemin tu as tracé  
L'empreinte de notre amitié  
C'est toi, mon frère Tu es ma pierre  
Amis aujourd'hui, Amis pour la vie !
3. Quand nos chemins se sont croisés  
Tu es venu nous rassembler  
Au cœur des temps, l'Amour devant  
Amis aujourd'hui, amis pour la vie !
4. C'est Ton chemin qui est donné  
À suivre en toute liberté  
Chacun sa voie mais avec Toi,  
Amis aujourd'hui, amis pour la vie !
5. Sur les chemins, tous appelés  
À proclamer cette amitié  
Par notre foi « Je crois en Toi »  
Amis aujourd'hui, amis pour la vie !  
Amis dans le Seigneur !

## Paroles de la chanson Amis dans le Seigneur

*auteurs : Samuel Brouillet, Claire Châteaignier,*

**Refrain : Risquons-nous d'être amis dans le Seigneur  
Oserons-nous ouvrir nos portes,  
Ouvrir nos cœurs à cet homme,  
Ce Dieu pour la vie qui nous nomme Amis.**

1. Quand mon chemin a commencé  
Tu es venu m'accompagner  
Et Tu es là tout près de moi  
Ami aujourd'hui, Ami pour la vie !
2. Sur mon chemin tu as tracé  
L'empreinte de notre amitié  
C'est toi, mon frère Tu es ma pierre  
Amis aujourd'hui, Amis pour la vie !
3. Quand nos chemins se sont croisés  
Tu es venu nous rassembler  
Au cœur des temps, l'Amour devant  
Amis aujourd'hui, amis pour la vie !
4. C'est Ton chemin qui est donné  
À suivre en toute liberté  
Chacun sa voie mais avec Toi,  
Amis aujourd'hui, amis pour la vie !
5. Sur les chemins, tous appelés  
À proclamer cette amitié  
Par notre foi « Je crois en Toi »  
Amis aujourd'hui, amis pour la vie !  
Amis dans le Seigneur !

## N° 8 - « Défi Fraternité ! »

**Passerelle :** N°8 : Demandez un ballon à l'animateur. 2 personnes se mettent dos à dos, un ballon entre elles. Elles doivent parcourir une distance sans faire tomber le ballon. Toute l'équipe doit passer à tour de rôle.

**Objectif :**

Exprimer et mettre en relation les différents ressentis face à des photos.

**Le matériel :**

- Photos en A3 ou sur diaporama

Plusieurs jeunes peuvent prendre la même photo car le ressenti sera différent.

**Déroulement :**

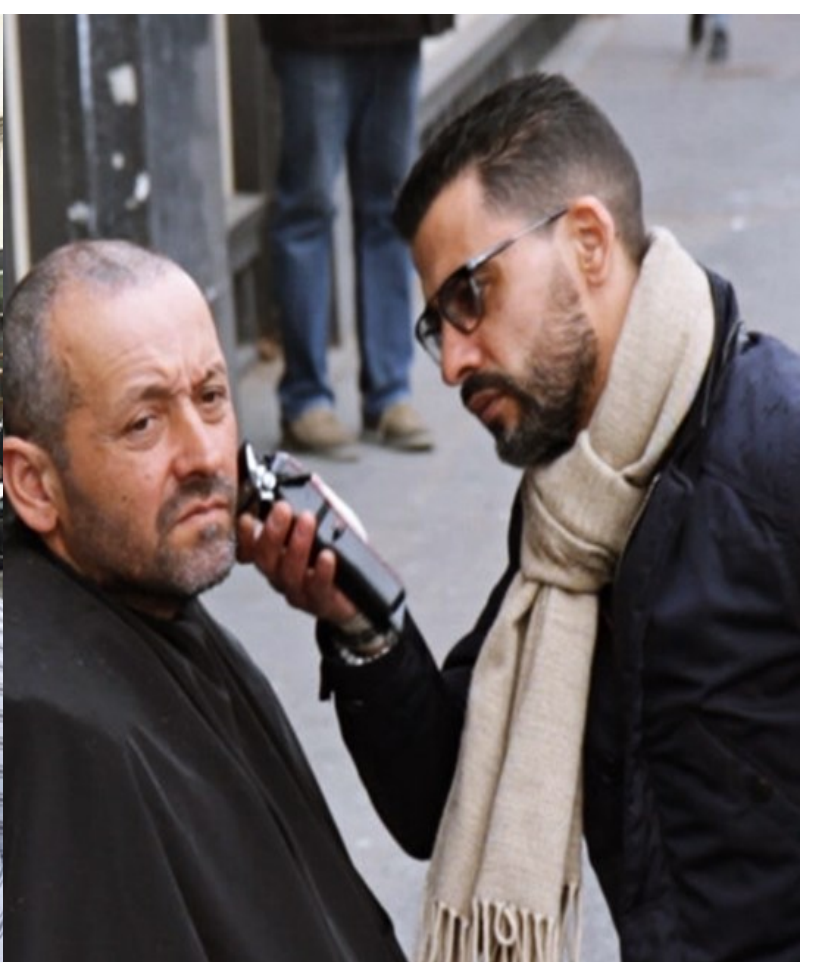
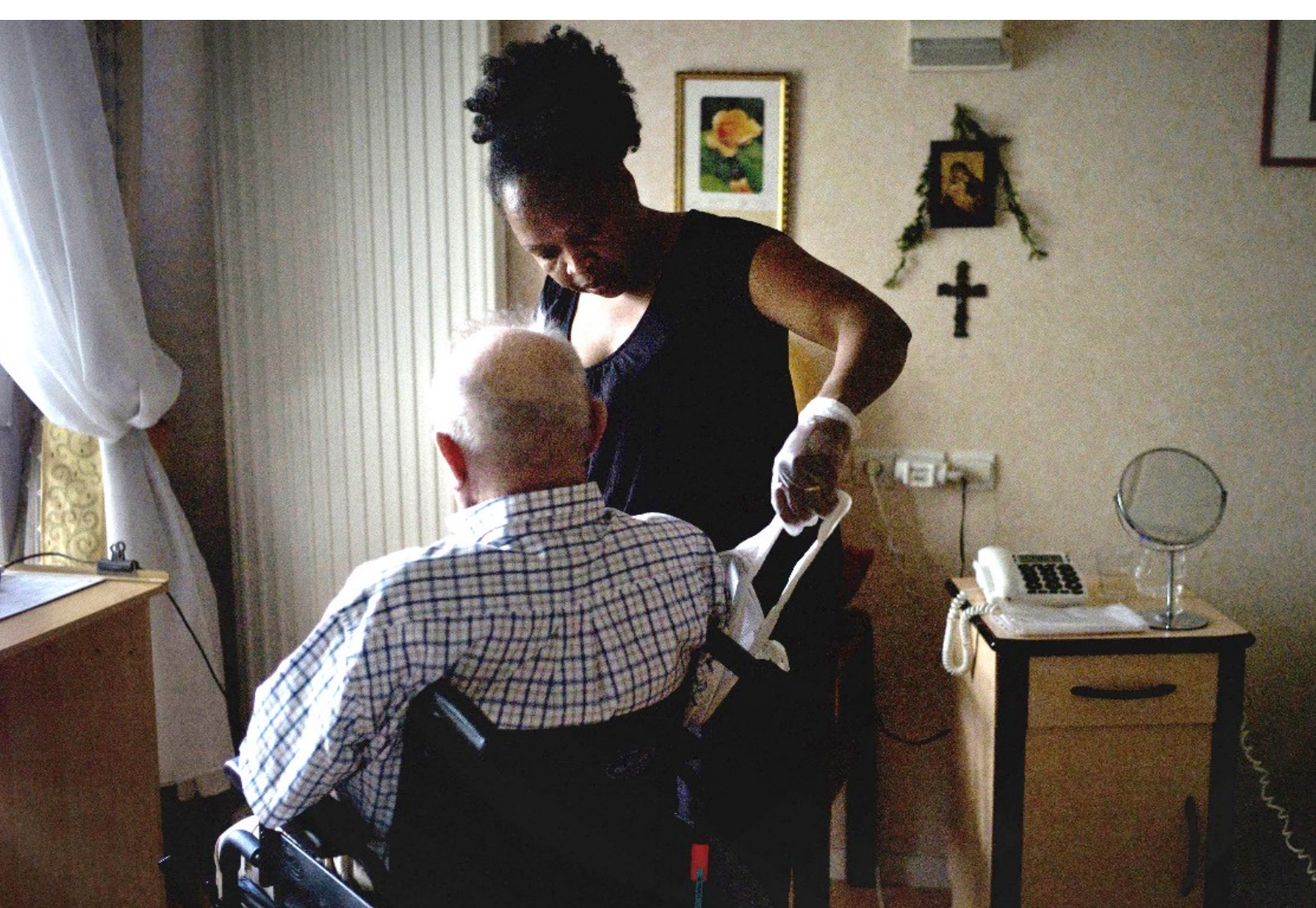
1. Montrer les photos au groupe : chacun choisi une photo et prend un temps de silence pour s'en imprégner.
2. Demander aux jeunes, à tour de rôle, de présenter la photo. Chacun dit ce qu'elle dégage, ce qu'il comprend et termine en disant son ressenti.

Si besoin creuser en regardant : les gestes, les expressions, les couleurs...

- ◆ Coller les photos choisies sur la fresque et imaginer ensemble un titre de fraternité.
- ◆ Demander à chaque jeune de dessiner sa main sur la fresque et noter dessus, ce qu'est la Fraternité pour lui.

A la fin du défi donner le puzzle et le mot à coller sur la fresque.















## N°9 - Défi « Photo »

Sérieuse, rigolote, déjantée... à vous de choisir !

**Passerelle :** N°9 : Si vous n'avez pas fait les 8 premiers défis, remettre le papier et retirer.  
Si vous avez fait 8 défis, nous allons prendre la POSE !

**Objectif :** Trouver les moyens de s'accorder pour réussir une superbe photo de groupe.

**But :** Arriver à retransmettre, par la photo cette journée de joie passée ensemble.

**Matériel :** Appareil photo, portable.

**Déroulement :**

**ATTENTION :**  
Pour cet atelier, il est impératif d'avoir l'autorisation des parents pour les photos (cf. flyer).

Le groupe choisit un endroit gai, joyeux, beau, insolite... et l'aménage comme il le souhaite.  
Prendre une pose sérieuse, rigolote, déjantée...



Tenir l'appareil en format paysage.  
Veiller à la luminosité, et au contrejour.  
Veiller à l'attitude et à la posture respectueuse des jeunes.  
Veiller que tous soient bien dans le cadre.

**Relecture :** Qu'est-ce qui nous a permis de réussir cette photo et cette journée ?

Merci de nous envoyer 1 ou 2 photos par mail à l'adresse suivante : [catesite@cathocambrai.com](mailto:catesite@cathocambrai.com)

A la fin du défi donner le puzzle et le mot et les coller sur la fresque.