

Carnet de route Carême (Année B)

Chaque matin, en bas de la page, la date à compléter, un petit dessin du jour à décoder (code ci-contre) pour avoir une bonne idée à vivre ce jour-là...



Pour chaque étape marquée sur la carte : un extrait de l'évangile. Avec les numéros de chapitre et de versets, vous pouvez trouver le texte en entier dans le Nouveau Testament. Et voici le QR Code pour chanter le refrain avant de lire l'évangile - - - >



Et aussi, pour chaque étape : une prière. Les chants sont disponibles sur catechese.cathocambrai.com/blablak-careme21.html ou en flashant le QR Code à côté de chaque chant.

Diocèse de Cambrai - Service de l'Initiation Chrétienne

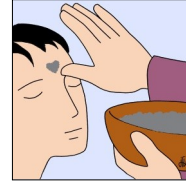
Code d'amitié avec Jésus-Christ

- Rencontrer le Seigneur avec la prière du carnet de route.
- Ecouter Dieu en lisant l'évangile proposé.
- Dire à Dieu ce qui me rend joyeux et Le remercier pour cela.
- Confier à Dieu ce qui me fait de la peine.
- Abandonner une occupation et prendre le temps d'aider quelqu'un.
- Demander pardon à Jésus pour avoir fait du mal à quelqu'un et essayer de réparer le mal.
- Partager ou prêter quelque chose à quelqu'un.
- Dire à Dieu ce que je trouve beau (autour de moi, dans la nature, ...) et Le remercier pour cela.
- Penser à quelqu'un avec qui je me suis fâché et demander à l'Esprit Saint de m'aider à faire la paix.
- Aller à la messe. Si je ne peux pas y aller, lire l'évangile du carnet de route et dire le Notre Père.



Mercredi des cendres

1^{er} jour du carême



Au cours de la célébration des cendres, le prêtre dit « **Convertissez-vous et croyez à l'Évangile** » et il répand des cendres sur la tête de chacun. Nous nous approchons en silence. Quand nous recevons les cendres, nous reconnaissons que nous sommes pécheurs et petits devant l'amour de Dieu.

► Pour suivre le chemin du carême, nous sommes invités à :

Prier : C'est s'arrêter un moment pour rencontrer Dieu. Chaque jour, vous pouvez prier, seul ou en famille, en suivant une prière de ce carnet de route ou en disant le Notre Père ou le Je vous salue Marie.

Faire l'aumône : C'est partager son argent, son jeu, son temps... avec ceux qui en ont besoin.

Jeûner : C'est se priver de quelque chose ou d'une activité, pour se rendre plus disponible aux autres et à Dieu. (Par exemple : laisser sa vidéo, son livre ou autre chose pour aller jouer avec les copains et copines, pour rendre service, pour prendre des nouvelles de quelqu'un, pour aller à la messe, ...)

Prier, Faire l'aumône, Jeûner changent notre cœur, nous rapprochent de Jésus et, petit à petit, nous font découvrir la grandeur de l'amour de Dieu.

Mercredi Jeudi Vendredi Samedi

Samedi Vendredi Jeudi Mercredi Mardi Lundi Dimanche

► Pour prier
Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen

Dire : Seigneur, sur le chemin qui nous conduit à Pâques, apprends-nous à écouter et te parler, pour mieux te connaître et nous préparer à accueillir la Bonne Nouvelle de ta résurrection.

Chanter :
Voici le chemin de quarante jours, chemin à remplir d'amour, chemin pour changer nos cœurs, nous voici sur ton chemin Seigneur.

1- C'est le chemin d'une joie qui s'accueille au fond de soi.
Chaque jour, chaque pas, me feront sortir de moi!

2- C'est le chemin d'une voix qui s'écoute au fond de soi.
Chaque jour, un moment pour prier tout simplement.

3- C'est le chemin d'un vrai choix qui se décide au fond de soi.
Chaque jour, un pardon pour aimer à ta façon.

4- C'est le chemin d'une croix qui se dresse devant moi.
Chaque jour, un appel à grandir dans ta lumière.

Dire le Notre Père.
Terminer la prière avec le signe de croix.

► Pour comprendre : Se convertir c'est se tourner vers Dieu pour que son amour éclaire notre vie. C'est aussi tourner le dos à tout ce qui nous entraîne à mal agir.

► Pour réfléchir
Jésus va de village en village. Que dit-il ?
"Convertissez-vous et"
Aujourd'hui, ces paroles de Jésus sont pour chacun, pour vous aussi parent et enfant. Jésus nous demande de nous convertir.
Cherchez ensemble ce qui vous aide à dire oui à Jésus-Christ et non à ce qui éloigne de Lui ?

► Pour écouter la Parole de Dieu
Heureux, celui qui écoute la parole.
Heureux, celui qui accueille Jésus-Christ.

Extrait de l'évangile du jour (Marc, chap. 1, versets 12 à 15)

¹⁴Après l'arrestation de Jean-Baptiste, Jésus partit pour la Galilée proclamer l'Évangile de Dieu ; ¹⁵il disait : « Les temps sont accomplis : le règne de Dieu est tout proche. Convertissez-vous et croyez à l'Évangile. »

Premier dimanche de carême

Deuxième dimanche de carême



► Pour écouter la Parole de Dieu

Heureux, celui qui écoute la parole.
Heureux, celui qui accueille Jésus-Christ.

Extrait de l'évangile du jour (Marc, chap. 9, versets 2 à 10).

²Jésus prend avec lui Pierre, Jacques et Jean, et les emmène, eux seuls, à l'écart sur une haute montagne. Et il fut transfiguré devant eux. ³Ses vêtements devinrent resplendissants, d'une blancheur telle que personne sur terre ne peut obtenir une blancheur pareille.



► **Pour comprendre** : Jésus est le Fils de Dieu. La lumière de Dieu resplendit en lui. Ce jour-là, c'est bien Lui, Jésus, mais il se montre différent, tout rayonnant de l'amour de Dieu : on dit qu'il est **transfiguré**.

► Pour réfléchir

En voyant Jésus transfiguré, Pierre, Jacques et Jean comprennent que Jésus est Dieu.

« Il a l'air triste ! » « Elle a l'air contente ! » Souvent le visage, la façon d'être et de parler, laissent voir ce que nous ressentons intérieurement.

Parent et enfant, donnez des exemples.

De la même façon, le visage, la façon d'être et de parler peuvent laisser paraître l'amour de Dieu.

Parent et enfant, de quelle(s) personne(s) pourriez-vous dire qu'elle « rayonne » de l'amour de Dieu ?



► Pour prier

Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen

Dire : Seigneur, nous te confions tous ceux qui prennent soin des malades : les soignants, les clowns dans les hôpitaux, les bénévoles qui leur rendent visite, les proches qui s'en occupent... Que leur présence leur redonne le sourire et soit signe de ton amour pour eux.

Chanter :

Oui, Jésus je veux porter ta lumière, ta lumière sur la terre.
Oui, Jésus je veux porter ta lumière, ta lumière à tous mes frères.

1- Dans nos villes et nos villages
Dans nos maisons, nos quartiers
Dans les jardins et sur les plages
En plein hiver, en plein été

2- Sur les routes et sur les places
A nos amis, nos copains
A nos voisins, à ceux qui passent
A nos parents, à nos cousins

3- Dans nos fêtes en farandole
Dans nos chansons, nos refrains
A la récré, pendant l'école
En chantant tous, main dans la main

Dire le Notre Père.

Terminer la prière avec le signe de croix.



Dimanche _____

Lundi _____

Mardi _____

Mercredi _____

Judi _____

Vendredi _____

Samedi _____

_____ Samedi

_____ Vendredi

_____ Jeudi

_____ Mercredi

_____ Mardi

_____ Lundi

_____ Dimanche



► **Pour prier à la maison en chantant :**
1- Je veux t'écouter
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi. (bis)
2- Je veux te parler
De tous mes amis
Et tendre mes bras
Pour être avec Toi.
3- Je veux murmurer
Merci pour la vie
Tu nous l'as donnée
Comme elle grandit.



► **Pour fêter la mi-carême (le _____), un gâteau à partager**
Préparation : Allumer le four à 180 °C et graisser un moule à cake.
Dans une casserole, faire fondre le beurre à feu très doux. Dans un saladier, mélanger la farine, la levure, le sel et la cannelle. Ajouter les oeufs, le jus d'orange, le yaourt et le sucre, bien mélanger.
Ajouter le beurre fondu, mélanger à nouveau.
Ajouter enfin les pépites de chocolat.
Verser dans le moule et faire cuire 45 mn.



► **Pour comprendre :** Le Temple est à Jérusalem. Il est le lieu de la présence de Dieu au milieu de son peuple. Les juifs s'y rendaient pour prier et pour offrir à Dieu des sacrifices d'animaux qu'ils pouvaient acheter aux marchands dans la cour du Temple.

« Enlievez cela d'ici. Cessez de faire de la maison de comptoirs, ¹⁶et dit aux marchands de colombes :

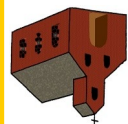


Extrait de l'évangile du jour (Jean, chap. 2, versets 13 à 25).

► **Pour écouter la Parole de Dieu**
Heureux, celui qui écoute la parole.
Heureux, celui qui accueille Jésus-Christ.



Troisième dimanche de carême



► Pour prier dans une église

Comme le Temple, les églises sont des lieux de prière où vous pouvez rencontrer Dieu.

Parent et enfant, et si vous profitez de ce temps du carême pour aller prier dans une église ?

Vous pouvez entrer en silence, faire le signe de croix et vous avancer. En regardant l'autel ou la croix, vous pouvez vous assoir ou vous mettre à genoux, rester en silence pour vous mettre à l'écoute de Dieu, puis, lui confier ce qui vous tient à cœur. Le Notre Père et un signe de croix peuvent conduire votre prière.

Quatrième dimanche de carême



Pour écouter la Parole de Dieu

Heureux, celui qui écoute la parole.
Heureux, celui qui accueille Jésus-Christ.

Extrait de l'évangile du jour (Jean chap.3, versets 14 à 21)



En ce temps-là, Jésus disait :
17« Car Dieu a envoyé son Fils dans le monde, non pas pour juger le monde, mais pour que, par lui, le monde soit sauvé. »

Pour comprendre : Jésus est venu **sauver** le monde de ce qui l'abîme : l'égoïsme, la jalousie, le mensonge, la violence, l'envie d'avoir toujours plus... Le suivre c'est prendre le chemin de la fraternité, de la Vie.

Pour réfléchir

Dieu aime tellement le monde qu'il a envoyé son fils Jésus pour chacun de nous. En nous laissant guider par son Esprit Saint, nous pouvons faire des choix pour que la vie ensemble soit plus belle.

Par exemple : dire bonjour aux voisins plutôt que de les ignorer, aider quelqu'un plutôt que de le laisser avec son problème, pardonner plutôt que de se venger, partager plutôt que de tout garder pour soi... vivre le « code d'amitié avec Jésus-Christ » proposé chaque jour dans ce carnet de route...
Parent et enfant, quand vivez-vous la fraternité ?



Pour prier

Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen

Dire : Seigneur Tu es venu nous sauver. Envoie-nous ton Esprit Saint pour nous donner le courage et la joie de témoigner de ton amour autour de nous.

Chanter :

Viens Saint-Esprit viens, ouvre le Ciel, descends sur nous !
Viens Saint-Esprit viens, feu éternel, embrase nous !
Viens Saint-Esprit viens, touche la terre, descends sur nous !
Viens Saint-Esprit viens, Amour du Père embrase nous !
Sois le feu qui me guérit, sois l'Amour qui me bénit ! Voici mon cœur (bis).
Viens déverser ta tendresse au milieu de mes faiblesses ! Je n'ai plus peur (bis).
Viens Saint-Esprit viens, fends l'atmosphère, descends sur nous !
Viens Saint-Esprit viens, de ta lumière envahis-nous !


Une pluie de guérisons pour notre génération.
Voici nos cœurs (bis).
Dans l'onction de ton Esprit,
dans l'amour qui m'envahit. Je n'ai plus peur (bis).


Dire le Notre Père.


Terminer la prière avec le signe de croix.





Dimanche _____  Lundi _____ 


Mardi _____ 

Mercredi _____ 


Jeudi _____  Vendredi _____ 


Samedi _____ 

_____ Samedi _____ 


_____ Vendredi _____ 




_____ Jeudi _____ 

_____ Mercredi _____ 



_____ Mardi _____ 

_____ Lundi _____ 

_____ **Dimanche** _____ 

Pour réaliser une carte

Dans une feuille de papier, découper un rectangle de 9 x 14 cm (le support) puis les formes suivantes à colorier de différentes couleurs et à coller les unes sur les autres dans l'ordre indiqué :

- un carré de 6 x 6 cm. Le coller à 2 cm du haut et à 1,5 cm du côté
- un carré de 5 x 5 cm. Le coller à 1,5 cm du haut comme l'orange.
- un rectangle de 11 x 2 cm (la hauteur de la croix). Le coller à 1 cm du haut et 3,5 cm du côté comme les pointillés jaunes.
- un rectangle de 8 x 2 cm (la largeur de la croix). Le coller à 4 cm du haut et 0,5 cm du côté comme les pointillés verts.
- un petit cœur. Le coller au centre de la croix.

Ecrire la phrase : « Par amour Jésus est venu sauver le monde »

En offrant cette carte à une personne, vous lui témoignerez votre foi en Jésus-Christ.

Par amour Jésus est venu sauver le monde

Pour prier en chantant : Que ma bouche chante ta louange

Sois loué Seigneur, pour ta grandeur. Sois loué pour tous tes bienfaits. Gloire à toi Seigneur, tu es vainqueur. Ton amour inonde nos cœurs. Que ma bouche chante ta louange.

Pour réfléchir

Depuis plus de 2000 ans, la foi en Jésus-Christ se transmet par les croyants qui témoignent de génération en génération. Dans l'évangile, les grecs ont eu besoin de Philippe et André pour voir Jésus. Comme eux, nous avons besoin de témoins pour connaître et rencontrer Jésus : notre famille, les catéchistes, les prêtres, les saints, des amis ...

Parent, enfant, qui vous a parlé de Jésus et qui vous aide à mieux le connaître ?

Pour comprendre : Etre glorifié, c'est être reconnu pour sa gloire. On parle d'une glorieuse équipe de foot, de la gloire d'une star de la chanson. Mais la gloire de Jésus est différente. Par sa mort et sa résurrection, sa gloire est révélée : son amour est plus fort que la mort et nous ouvre la Vie éternelle.

Extrait de l'évangile du jour (Jean chap.12, versets 20-33)

20 Il y avait quelques grecs parmi ceux qui étaient montés à Jérusalem pour adorer Dieu pendant la fête de la Pâque. 21 Ils abordèrent Philippe, qui était de Betsaïde en Galilée et lui firent cette demande : « Nous voudrions voir Jésus. » 22 Philippe va le dire à André ; et tous deux vont le dire à Jésus. 23 Alors Jésus leur déclare : « L'heure est venue où le Fils de l'homme doit être glorifié. »

Pour écouter la Parole de Dieu

Heureux, celui qui écoute la parole.
Heureux, celui qui accueille Jésus-Christ.

Cinquième dimanche de carême