

Le réseau d'animation  
pastorale de l'Apel

# Le Carême et le temps pascal en famille

DU  
22 FÉVRIER  
AU 28 MAI  
2023



apel

22

MERCREDI  
DES  
CENDRES

26

1<sup>er</sup>  
DIMANCHE  
DE CARÊME

5

2<sup>e</sup>  
DIMANCHE  
DE CARÊME

12

3<sup>e</sup>  
DIMANCHE  
DE CARÊME

19

4<sup>e</sup>  
DIMANCHE  
DE CARÊME

26

5<sup>e</sup>  
DIMANCHE  
DE CARÊME

2

DIMANCHE  
DES  
RAMEAUX

6

JEUDI  
SAINT

7

VENDREDI  
SAINT

8

VEILLÉE  
PASCALE

9

PÂQUES

18

ASCENSION

28

PENTECÔTE

Chers parents,

Le réseau d'animation pastorale de l'Apel a conçu ce livret afin de vous aider à vivre le temps de Carême et le temps pascal en famille. Vous y trouverez les **Évangiles des dimanches de Carême, ceux du mercredi des Cendres, du jeudi Saint, du jour de Pâques, de l'Ascension et de la Pentecôte** pour mieux vous nourrir de la parole de Dieu.

En lien avec ces Évangiles,

- des activités à faire avec les enfants,
- des phrases de réflexion pour les adolescents afin qu'ils puissent apprivoiser ces lectures et méditer sur leurs actions et leur lien avec le Christ,
- des prières pour vous retrouver avec Dieu et créer ou recréer un moment de prière en famille.

Nous espérons que ce guide vous sera utile et vous permettra de mieux approfondir avec vos enfants ce temps privilégié pour **cheminer jusqu'à la joie de Pâques et continuer à la vivre jusqu'à la Pentecôte !**

## Le Carême... 40 jours de préparation

Le Carême est un temps préparatoire à la fête de Pâques qui célèbre la résurrection du Christ. Il dure quarante jours (les dimanches ne sont pas comptés), comme les quarante jours passés par Jésus dans le désert ou les quarante ans d'exode du peuple d'Israël dans le désert. Il commence le mercredi des Cendres et se termine le samedi Saint, veille de Pâques. Ce temps de Carême est une période privilégiée pour nous convertir et nous recentrer sur la prière, le partage et le jeûne. La prière est un moment propice pour se rapprocher de Dieu, se mettre à son écoute et se laisser transformer par Lui. Le jeûne, c'est se priver de nourriture mais aussi de ce qui nous attire (portable, jeux vidéo...), geste de pénitence qui nous porte à la conversion et au partage. L'Église catholique propose deux jours de jeûne : le mercredi des Cendres et le vendredi Saint et l'abstinence de viande, les vendredis de Carême. Le partage ou l'aumône est un don d'argent ou de soi à destination des plus pauvres, des oubliés. Le Carême n'est pas un défi à relever, mais un moment où chacun devra se placer seul devant Dieu pour se convertir et essayer de se rapprocher de Lui et des autres.

*« En ce temps de carême, après les difficultés de chaque journée, cela nous fera du bien de ne pas éteindre la lumière de la pièce sans nous placer sous la lumière de Dieu. Prier un peu avant de dormir. Donnons au Seigneur la possibilité de nous surprendre et de réveiller notre cœur »* nous dit le Pape François. Ce temps peut être



## Le temps pascal 50 jours de joie

vécu collectivement en famille, au catéchisme, à l'école... Ainsi, nous pouvons nous stimuler les uns les autres dans ce chemin vers Dieu. Pour nous convertir, nous pouvons prendre des résolutions. Choisissons un effort mesurable et faisable, et aidons nos jeunes enfants à faire de même et encourageons-les si nous remarquons leurs efforts. Vivons le Carême comme un temps particulier pour préparer nos cœurs à la joie pascale, et laissons-nous guider par l'Esprit !

**Le temps pascal dure de Pâques à la Pentecôte, soit 50 jours.** Il est à vivre « comme un grand dimanche » dans la joie de la Résurrection. Deux solennités marquent ce moment, l'Ascension 40 jours après Pâques où le Christ monte au ciel et la Pentecôte, où l'Esprit Saint est envoyé aux Apôtres.

*Évangile selon saint Matthieu 6, 1-6.16-18*

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples: « *Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer. Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous auprès de votre Père qui est aux cieux. Ainsi, quand tu fais l'aumône, ne fais pas sonner la trompette devant toi, comme les hypocrites qui se donnent en spectacle dans les synagogues et dans les rues, pour obtenir la gloire qui vient des hommes. Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite, afin que ton aumône reste dans le secret; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. Et quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites: ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient. Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. 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. Et quand vous jeûnez, ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites: ils prennent une mine défaite pour bien montrer aux hommes qu'ils jeûnent. Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage; ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des hommes, mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret; ton Père qui voit au plus secret te le rendra.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**MERCREDI DES CENDRES**

22 FÉVRIER 2023

**Réflexion pour les ados**

Cette année, penses-tu pouvoir annoncer que tu entres en Carême? Utilise tes réseaux pour le faire savoir.. #jentreencarême

**Le mercredi des Cendres marque le début du Carême.**

Lors de la messe de ce jour, le prêtre trace sur le front des fidèles une croix faite de cendre et dit: « *Convertissez-vous et croyez à l'Évangile* ».

Cette cendre est signe de pénitence et aussi de conversion. Les chrétiens sont appelés, tout au long du chemin vers Pâques, à prier, à jeûner et à partager pour laisser davantage de place à Dieu dans leur vie. « *Le Carême est un voyage de retour à Dieu* », nous dit le pape François, et également « *une descente humble au-dedans de nous-mêmes et vers les autres...* »

***Arrête la course (...) éloigne-toi des bavardages, isole-toi dans le calme. Assieds-toi et laisse venir le silence. S'asseoir pour Dieu, c'est comme si pour Lui tu taillais un morceau dans ton temps... Et quand on aime, on a le temps, n'est-ce pas? S'asseoir en silence. Pour une fois, bâillonne tes soucis et tes envies d'en parler. Assieds-toi pour regarder Dieu. Et quand on aime, on regarde, n'est-ce pas? S'asseoir avec Dieu, prendre du repos avec Lui, goûter à sa Présence. Celui qui aime s'assied près de son ami.***

Prière du Père Charles Singer (1941-...)

*Évangile selon saint Matthieu 4, 1-11*

En ce temps-là, Jésus fut conduit au désert par l'Esprit pour être tenté par le diable. Après avoir jeûné quarante jours et quarante nuits, il eut faim. Le tentateur s'approcha et lui dit : « *Si tu es Fils de Dieu, ordonne que ces pierres deviennent des pains.* » Mais Jésus répondit : « *Il est écrit : L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu.* » Alors le diable l'emmène à la Ville sainte, le place au sommet du Temple et lui dit : « *Si tu es Fils de Dieu, jette-toi en bas ; car il est écrit : Il donnera pour toi des ordres à ses anges, et : Ils te porteront sur leurs mains, de peur que ton pied ne heurte une pierre.* » Jésus lui déclara : « *Il est encore écrit : Tu ne mettras pas à l'épreuve le Seigneur ton Dieu.* » Le diable l'emmène encore sur une très haute montagne et lui montre tous les royaumes du monde et leur gloire. Il lui dit : « *Tout cela, je te le donnerai, si, tombant à mes pieds, tu te prosternes devant moi.* » Alors, Jésus lui dit : « *Arrière, Satan ! car il est écrit : C'est le Seigneur ton Dieu que tu adoreras, à lui seul tu rendras un culte.* » Alors le diable le quitte. Et voici que des anges s'approchèrent, et ils le servaient.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**1<sup>er</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

26 FÉVRIER 2023

**Réflexion pour les ados**

Te sens-tu capable de résister à la tentation ?  
À la facilité ? **#jeresiste**

**Activité pour la famille**

Les photophores de Carême



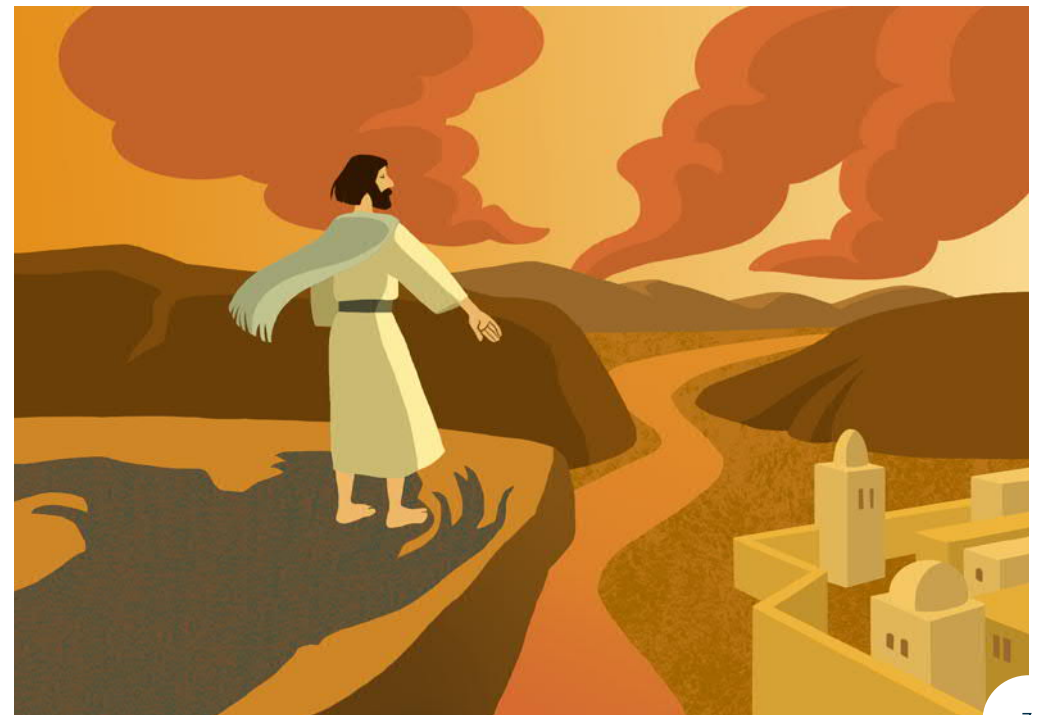
Retrouver les explications  
sur notre page Pinterest  
[bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Aide-moi, Jésus, à résister  
à la tentation du mal.**

**Que par ton Amour  
inconditionnel, je puisse  
choisir le Bien et être nourri  
de la Parole de Dieu.**

**Que par ton courage, je  
puisse apporter de l'aide  
à tous ceux qui souffrent de  
la domination des Hommes  
sur les autres Hommes.**

Prière de Florence Mons, déléguée du  
Réseau d'animation pastorale de l'Apel



*Évangile selon saint Matthieu 17, 1-9*

En ce temps-là, Jésus prit avec lui Pierre, Jacques et Jean son frère, et il les emmena à l'écart, sur une haute montagne. Il fut transfiguré devant eux ; son visage devint brillant comme le soleil, et ses vêtements, blancs comme la lumière. Voici que leur apparurent Moïse et Élie, qui s'entretenaient avec lui. Pierre alors prit la parole et dit à Jésus : « *Seigneur, il est bon que nous soyons ici ! Si tu le veux, je vais dresser ici trois tentes, une pour toi, une pour Moïse, et une pour Élie.* » Il parlait encore, lorsqu'une nuée lumineuse les couvrit de son ombre, et voici que, de la nuée, une voix disait : « *Celui-ci est mon Fils bien-aimé, en qui je trouve ma joie : écoutez-le !* » Quand ils entendirent cela, les disciples tombèrent face contre terre et furent saisis d'une grande crainte. Jésus s'approcha, les toucha et leur dit : « *Relevez-vous et soyez sans crainte !* » Levant les yeux, ils ne virent plus personne, sinon lui, Jésus, seul. En descendant de la montagne, Jésus leur donna cet ordre : « *Ne parlez de cette vision à personne, avant que le Fils de l'homme soit ressuscité d'entre les morts.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**2<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

5 MARS 2023

**Réflexion pour les ados**

Tous les jours, tu peux avoir des moments de doute, de crainte... Garde confiance ! Jésus est là pour toi.  
#jenesuispasseul

**Activité pour la famille**

Le jardin de Pâques



Retrouver les explications sur notre page Pinterest  
[bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Seigneur Jésus**

**Toi qui as bravé la mort pour nous**

**Aide-nous à affronter nos craintes**

**Toi qui as donné ta vie sur la croix**

**Apprends-nous à aimer notre prochain sans nous soucier de nous-mêmes**

**Toi qui es la lumière de la vie plus forte que la mort**

**Viens illuminer nos chemins et écarter nos doutes**

**Que de ton amour infini nous tirions notre force chaque jour.**

Prière de Virginie Durin, responsable du Réseau d'animation pastorale de l'Apel

### Évangile selon saint Jean 4, 5-15.19b-26.39a.40-42

En ce temps-là, Jésus arriva à une ville de Samarie, appelée Sykar, près du terrain que Jacob avait donné à son fils Joseph. Là se trouvait le puits de Jacob. Jésus, fatigué par la route, s'était donc assis près de la source. C'était la sixième heure, environ midi. Arrive une femme de Samarie, qui venait puiser de l'eau. Jésus lui dit : « *Donne-moi à boire.* » – En effet, ses disciples étaient partis à la ville pour acheter des provisions. La Samaritaine lui dit : « *Comment ! Toi, un Juif, tu me demandes à boire, à moi, une Samaritaine ?* » – En effet, les Juifs ne fréquentent pas les Samaritains. Jésus lui répondit : « *Si tu savais le don de Dieu et qui est celui qui te dit : "Donne-moi à boire", c'est toi qui lui aurais demandé, et il t'aurait donné de l'eau vive.* » Elle lui dit : « *Seigneur, tu n'as rien pour puiser, et le puits est profond. D'où as-tu donc cette eau vive ? Serais-tu plus grand que notre père Jacob qui nous a donné ce puits, et qui en a bu lui-même, avec ses fils et ses bêtes ?* » Jésus lui répondit : « *Quiconque boit de cette eau aura de nouveau soif ; mais celui qui boira de l'eau que moi je lui donnerai n'aura plus jamais soif ; et l'eau que je lui donnerai deviendra en lui une source d'eau jaillissant pour la vie éternelle.* » La femme lui dit : « *Seigneur, donne-moi de cette eau, que je n'aie plus soif, et que je n'aie plus à venir ici pour puiser. Je vois que tu es un prophète !... Eh bien ! Nos pères ont adoré sur la montagne qui est là, et vous, les Juifs, vous dites que le lieu où il faut adorer est à Jérusalem.* » Jésus lui dit : « *Femme, crois-moi : l'heure vient où vous n'irez plus ni sur cette montagne ni à Jérusalem pour adorer le Père. Vous, vous adorez ce que vous ne connaissez pas ; nous, nous adorons ce que nous connaissons, car le salut vient des Juifs. Mais l'heure vient – et c'est maintenant – où les vrais adorateurs adoreront le Père en esprit et vérité : tels sont les adorateurs que recherche le Père. Dieu est esprit, et ceux qui l'adorent, c'est en esprit et vérité qu'ils doivent l'adorer.* » La femme lui dit : « *Je sais qu'il vient, le Messie, celui qu'on appelle Christ. Quand il viendra, c'est lui qui nous fera connaître toutes choses.* » Jésus lui dit : « *Je le suis, moi qui te parle.* » Beaucoup de Samaritains de cette ville crurent en Jésus. Lorsqu'ils arrivèrent auprès de lui, ils l'invitèrent à demeurer chez eux. Il y demeura deux jours. Ils furent encore beaucoup plus nombreux à croire à cause de sa parole à lui, et ils disaient à la femme : « *Ce n'est plus à cause de ce que tu nous as dit que nous croyons : nous-mêmes, nous l'avons entendu, et nous savons que c'est vraiment lui le Sauveur du monde.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

## 3<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME

12 MARS 2023

### Réflexion pour les ados

Abreuve-toi des paroles de Dieu.  
Laisse-le entrer dans ta vie...

#jaisoifdedieu

### Activité pour la famille

Le dizainier avec des perles



Retrouver les explications sur notre page Pinterest  bit.ly/3mtKv1o

**Seigneur,  
comme la Samaritaine,  
je me tiens au bord du puits. (...)**

**J'ai vu la source devenir  
un fleuve d'eau vive.**

**Ce filet d'eau plein d'espérance, (...),  
S'est révélé Promesse de vie éternelle :**

**Et voici qu'au pays de la soif,  
l'eau a jailli et se répand.**

**Oui, Seigneur,  
tout en moi exulte et renaît**

**À ta venue, si imprévue  
qu'elle me surprend.**

**Veille mon âme, au bord du puits,  
Le Seigneur m'attend et me dit  
« Donne-moi à boire ».**

Prière du site : [ursulines.union.romaine.catholique.fr](https://ursulines.union.romaine.catholique.fr)



*Évangile selon saint Jean 9, 1.6-9.13-17.34-38*

En ce temps-là, en sortant du Temple, Jésus vit sur son passage un homme aveugle de naissance. Il cracha à terre et, avec la salive, il fit de la boue; puis il appliqua la boue sur les yeux de l'aveugle, et lui dit: «*Va te laver à la piscine de Siloé*» – ce nom se traduit: Envoyé. L'aveugle y alla donc, et il se lava; quand il revint, il voyait. Ses voisins, et ceux qui l'avaient observé auparavant – car il était mendiant – dirent alors: «*N'est-ce pas celui qui se tenait là pour mendier?*» Les uns disaient: «*C'est lui.*» Les autres disaient: «*Pas du tout, c'est quelqu'un qui lui ressemble.*» Mais lui disait: «*C'est bien moi.*» On l'amène aux pharisiens, lui, l'ancien aveugle. Or, c'était un jour de sabbat que Jésus avait fait de la boue et lui avait ouvert les yeux. À leur tour, les pharisiens lui demandaient comment il pouvait voir. Il leur répondit: «*Il m'a mis de la boue sur les yeux, je me suis lavé, et je vois.*» Parmi les pharisiens, certains disaient: «*Cet homme-là n'est pas de Dieu, puisqu'il n'observe pas le repos du sabbat.*» D'autres disaient: «*Comment un homme pécheur peut-il accomplir des signes pareils?*» Ainsi donc ils étaient divisés. Alors ils s'adressent de nouveau à l'aveugle: «*Et toi, que dis-tu de lui, puisqu'il t'a ouvert les yeux?*» Il dit: «*C'est un prophète.*» Ils répliquèrent: «*Tu es tout entier dans le péché depuis ta naissance, et tu nous fais la leçon?*» Et ils le jetèrent dehors. Jésus apprit qu'ils l'avaient jeté dehors. Il le retrouva et lui dit: «*Crois-tu au Fils de l'homme?*» Il répondit: «*Et qui est-il, Seigneur, pour que je croie en lui?*» Jésus lui dit: «*Tu le vois, et c'est lui qui te parle.*» Il dit: «*Je crois, Seigneur!*» Et il se prosterna devant lui.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**4<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

19 MARS 2023

**Réflexion pour les ados**

Oses-tu parler de ta foi sans tabou et sans avoir peur du regard des autres? Exprime-toi et partage tes idées sans crainte, tu n'es probablement pas le seul dans cette situation-là.. #memepaspeur

**Activité pour la famille**

La boîte à bonnes actions



Retrouver les explications sur notre page Pinterest [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Seigneur,  
Vous avez donné  
votre vie pour tous les  
enfants de la terre.  
Que la foi revienne  
dans nos cœurs  
Et que la paix et  
l'amour règnent entre  
tous les hommes.**

Prière de Philippa Leclercq,  
déléguée du Réseau d'animation  
pastorale de l'Apel



Évangile selon saint Jean 11, 3-7.17.20-27.33b-45  
(lecture brève)

En ce temps-là, Marthe et Marie, les deux sœurs de Lazare, envoyèrent dire à Jésus : « Seigneur, celui que tu aimes est malade. » En apprenant cela, Jésus dit : « Cette maladie ne conduit pas à la mort, elle est pour la gloire de Dieu, afin que par elle le Fils de Dieu soit glorifié. » Jésus aimait Marthe et sa sœur, ainsi que Lazare. Quand il apprit que celui-ci était malade, il demeura deux jours encore à l'endroit où il se trouvait. Puis, après cela, il dit aux disciples : « Revenons en Judée. » À son arrivée, Jésus trouva Lazare au tombeau depuis quatre jours déjà. Lorsque Marthe apprit l'arrivée de Jésus, elle partit à sa rencontre, tandis que Marie restait assise à la maison. Marthe dit à Jésus : « Seigneur, si tu avais été ici, mon frère ne serait pas mort. Mais maintenant encore, je le sais, tout ce que tu demanderas à Dieu, Dieu te l'accordera. » Jésus lui dit : « Ton frère ressuscitera. » Marthe reprit : « Je sais qu'il ressuscitera à la résurrection, au dernier jour. » Jésus lui dit : « Moi, je suis la résurrection et la vie. Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra ; quiconque vit et croit en moi ne mourra jamais. Crois-tu cela ? » Elle répondit : « Oui, Seigneur, je le crois : tu es le Christ, le Fils de Dieu, tu es celui qui viens dans le monde. » Jésus, en son esprit, fut saisi d'émotion, il fut bouleversé, et il demanda : « Où l'avez-vous déposé ? » Ils lui répondirent : « Seigneur, viens, et vois. » Alors Jésus se mit à pleurer. Les Juifs disaient : « Voyez comme il l'aimait ! » Mais certains d'entre eux dirent : « Lui qui a ouvert les yeux de l'aveugle, ne pouvait-il pas empêcher Lazare de mourir ? » Jésus, repris par l'émotion, arriva au tombeau. C'était une grotte fermée par une pierre. Jésus dit : « Enlevez la pierre. » Marthe, la sœur du défunt, lui dit : « Seigneur, il sent déjà ; c'est le quatrième jour qu'il est là. » Alors Jésus dit à Marthe : « Ne te l'ai-je pas dit ? Si tu crois, tu verras la gloire de Dieu. » On enleva donc la pierre. Alors Jésus leva les yeux au ciel et dit : « Père, je te rends grâce parce que tu m'as exaucé. Je le savais bien, moi, que tu m'exauces toujours ; mais je le dis à cause de la foule qui m'entoure, afin qu'ils croient que c'est toi qui m'as envoyé. » Après cela, il cria d'une voix forte : « Lazare, viens dehors ! » Et le mort sortit, les pieds et les mains liés par des bandelettes, le visage enveloppé d'un suaire. Jésus leur dit : « Déliez-le, et laissez-le aller. » Beaucoup de Juifs, qui étaient venus auprès de Marie et avaient donc vu ce que Jésus avait fait, crurent en lui.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

5<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME



26 MARS 2023

Réflexion pour les ados

Tu as sans doute déjà vécu un décès qui t'a fait ressentir un sentiment d'injustice. Est-ce que ta foi en la Résurrection t'a permis de retrouver le chemin de la lumière ? #gardelafoi

Activité pour la famille

Le dé des bénédicités

**Le bénédicité** rappelle que la nourriture, fruit de la Création, est un don de Dieu. Il permet aussi de reconnaître la personne ou le service le plus et de rappeler que tout le monde ne mange pas à sa fois.

**Bénédiction pour le repas.** Seigneur, bénédisez ce repas, que nous avons préparé, et procurez du pain à ceux qui n'en ont pas.

**Bénédisez Seigneur** la table et bien-être, amenez-les, que nos amis et proches, et donnez à tous nos frères de quoi manger.

**A la table, à la table ! Venez tous, venez tous et que Dieu bénisse ses repas, ses repas.** (Saint Frère Jacques)

**Seigneur, apprends-nous à construire un monde où chacun ait le pain à manger, du travail pour le gagner, de l'honneur pour le partager, ainsi soit-il.**

**Règle du jeu.** Un membre de la famille lance le dé devant le bénédicité ou le début et la famille décide ou change le Bénédicité avant de commencer à manger.

**Pour varier le jeu :** désigner le rôle des gagnants de manière à en faire un jeu.

**Motif du jeu et des actions.** Bénis le pain que nous mangeons. À tous ceux qui sont froids et froids, donnez la maison et le pain, Amen.

Retrouver les explications sur notre page Pinterest [bit.ly/3mtKv10](https://bit.ly/3mtKv10)



Seigneur, Jésus, Fils de Dieu, tu pleures devant la tombe ouverte de Lazare, reçois nos prières en ce jour !

Que ton Esprit nous aide à vivre dès maintenant de cette vie qui triomphe de la mort !

Que cette vie fasse germer et pousser dans le cœur de chaque homme, dans chaque famille, dans chaque communauté humaine, les graines de l'espérance, particulièrement chez les jeunes et chez tous ceux qui sont en quête du sens de la vie.

Prière de la Communauté jésuite de la chapelle du Christ-Roi (Luxembourg)



*Évangile selon saint Matthieu ( 21,1-11  
(Entrée du Seigneur dans Jérusalem)*

Jésus et ses disciples, approchant de Jérusalem, arrivèrent en vue de Bethphagé, sur les pentes du mont des Oliviers. Alors Jésus envoya deux disciples en leur disant : « Allez au village qui est en face de vous ; vous trouverez aussitôt une ânesse attachée et son petit avec elle. Détachez-les et amenez-les moi. Et si l'on vous dit quelque chose, vous répondrez : "Le Seigneur en a besoin". Et aussitôt on les laissera partir. » Cela est arrivé pour que soit accomplie la parole prononcée par le prophète : Dites à la fille de Sion : Voici ton roi qui vient vers toi, plein de douceur, monté sur une ânesse et un petit âne, le petit d'une bête de somme. Les disciples partirent et firent ce que Jésus leur avait ordonné. Ils amenèrent l'ânesse et son petit, disposèrent sur eux leurs manteaux, et Jésus s'assit dessus. Dans la foule, la plupart étendirent leurs manteaux sur le chemin ; d'autres coupaient des branches aux arbres et en jonchaient la route. Les foules qui marchaient devant Jésus et celles qui suivaient criaient : « Hosanna au fils de David ! Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur ! Hosanna au plus haut des cieux ! » Comme Jésus entra à Jérusalem, toute la ville fut en proie à l'agitation, et disait : « Qui est cet homme ? » Et les foules répondaient : « C'est le prophète Jésus, de Nazareth en Galilée. »

Textes liturgiques © AELF, Paris

## DIMANCHE DES RAMEAUX



2 AVRIL 2023

### Réflexion pour les ados

Comme le peuple de Jérusalem, accueilles-tu Jésus dans ta vie quotidienne avec joie et enthousiasme ?  
#jaccueillejesusdansmoncoeur

### Activité pour la famille

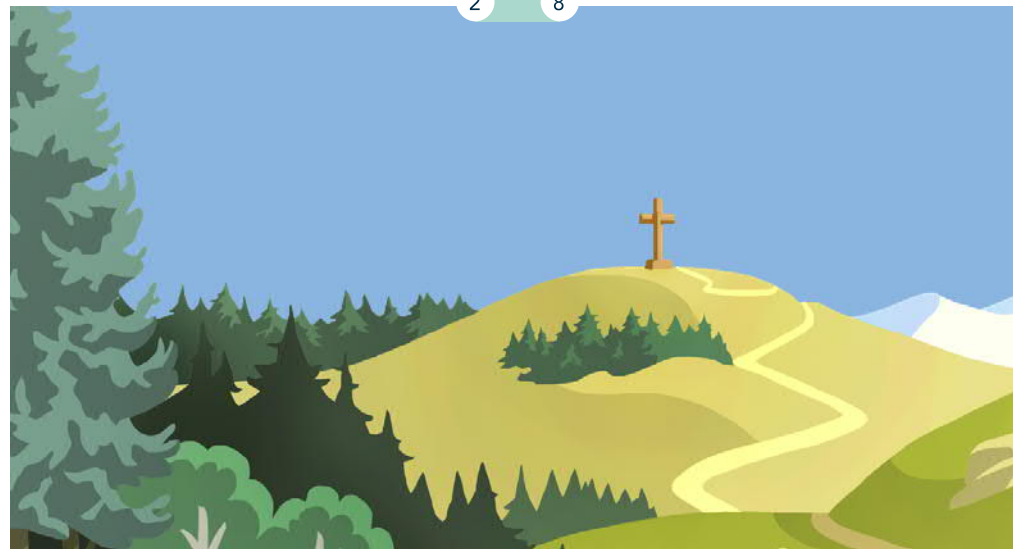
La roue de la Semaine Sainte



Retrouver les explications  
sur notre page Pinterest  
[bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Seigneur,  
En ce jour des  
Rameaux,  
redonne la foi  
à tous ceux  
qui t'ont oublié,  
fait qu'ils  
retrouvent la foi  
en ton amour.  
Amen**

Prière de Philippa Leclercq,  
déléguée du Réseau d'animation  
pastorale de l'Apel



## DU 2 AU 8 AVRIL 2023

La semaine Sainte est la dernière semaine du Carême.

**C'est le moment où « Dieu a décidé de nous parler le langage de l'amour qui est plus fort que la mort. » nous dit Saint Jean-Paul II.**

Elle est ponctuée de différentes cérémonies qui nous emmènent jusqu'à Pâques. La messe chismale a lieu le mardi ou mercredi soir. Tous les prêtres du diocèse et les fidèles sont réunis à la cathédrale par l'évêque du lieu. Les huiles saintes sont bénies. Elles serviront aux sacrements pendant l'année. Chaque paroisse repart avec sa réserve de saint chrême.

**Le Triduum signifie « trois jours » du Jeudi saint au dimanche de Pâques.**

• **Le Jeudi Saint**, c'est la fête de l'eucharistie. L'Église commémore « La Cène du Seigneur ». Le Christ offre son corps et son sang, sous forme de pain et de vin pour le salut du monde. Le Christ, lors de ce dernier repas lave les pieds de ses apôtres pour montrer qu'il se fait serviteur et nous devons suivre son exemple en étant serviteurs, nous aussi.

• **Le Vendredi Saint** rappelle la Passion et la mort du Christ.

• **Le Samedi Saint** est un jour d'attente et de silence avant la nuit pascale et la résurrection.

*Te voici, Christ, notre Seigneur  
et notre Dieu,*

*Les bras tout grand ouverts  
pour dire aux habitants  
de la terre*

*« Venez ! suivez-moi !  
Rien ne pourra nous arrêter  
sur le chemin.*

*Car de mes bras en croix  
j'écarterais le mal et la mort  
et je vous conduirai à travers  
l'étroit passage, jusqu'à la vie  
qui ne finit pas ! »*

*Nous voici, Jésus-Christ,  
à genoux devant toi,  
pour te regarder et te dire*

*« Merci à toi, notre Seigneur  
et notre Dieu »*

Prière du site : [www.eglisejura.com](http://www.eglisejura.com)

*Évangile selon saint Jean (13, 1-15)*

Avant la fête de la Pâque, sachant que l'heure était venue pour lui de passer de ce monde à son Père, Jésus, ayant aimé les siens qui étaient dans le monde, les aima jusqu'au bout. Au cours du repas, alors que le diable a déjà mis dans le cœur de Judas, fils de Simon l'Isariote, l'intention de le livrer, Jésus, sachant que le Père a tout remis entre ses mains, qu'il est sorti de Dieu et qu'il s'en va vers Dieu, se lève de table, dépose son vêtement, et prend un linge qu'il se noue à la ceinture ; puis il verse de l'eau dans un bassin. Alors il se mit à laver les pieds des disciples et à les essuyer avec le linge qu'il avait à la ceinture. Il arrive donc à Simon-Pierre, qui lui dit : « *C'est toi, Seigneur, qui me laves les pieds ?* » Jésus lui répondit : « *Ce que je veux faire, tu ne le sais pas maintenant ; plus tard tu comprendras.* » Pierre lui dit : « *Tu ne me laveras pas les pieds ; non, jamais !* » Jésus lui répondit : « *Si je ne te lave pas, tu n'auras pas de part avec moi.* » Simon-Pierre lui dit : « *Alors, Seigneur, pas seulement les pieds, mais aussi les mains et la tête !* » Jésus lui dit : « *Quand on vient de prendre un bain, on n'a pas besoin de se laver, sinon les pieds : on est pur tout entier. Vous-mêmes, vous êtes purs, mais non pas tous.* » Il savait bien qui allait le livrer ; et c'est pourquoi il disait : « *Vous n'êtes pas tous purs.* » Quand il leur eut lavé les pieds, il reprit son vêtement, se remit à table et leur dit : « *Comprenez-vous ce que je viens de faire pour vous ? Vous m'appelez "Maître" et "Seigneur", et vous avez raison, car vraiment je le suis. Si donc moi, le Seigneur et le Maître, je vous ai lavé les pieds, vous aussi, vous devez vous laver les pieds les uns aux autres. C'est un exemple que je vous ai donné afin que vous fassiez, vous aussi, comme j'ai fait pour vous.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**JEUDI SAINT**

6 AVRIL 2023

**Réflexion pour les ados**

Jésus a lavé les pieds de ses disciples en toute humilité. Et toi, arrives-tu à rendre service et à prendre soin du plus petit ?  
#soisserviteur



Et pour vivre ce temps de Pâques en musique et en chants, scanner ce QR code.

**Seigneur,  
toi qui es né au hasard d'un voyage,  
toi qui es mort comme un malfaiteur,  
tire-moi hors de mon égoïsme  
et de mon confort.**

**Que, marqué du signe de la croix,  
je n'ai pas peur de la vie rude.  
Rends-moi disponible pour la belle  
aventure où tu m'appelles.  
J'ai à engager ma vie, Jésus,  
sur ton amour.**

Prière du site : [paroisses-dettwilleretcollines.fr](http://paroisses-dettwilleretcollines.fr)



*Passion de notre Seigneur Jésus Christ (Jn 18, 1 – 19, 42)*

Or, près de la croix de Jésus se tenaient sa mère  
et la sœur de sa mère, Marie, femme de Cléophas,  
et Marie Madeleine.

Jésus, voyant sa mère,  
et près d'elle le disciple qu'il aimait,  
dit à sa mère :

« **Femme, voici ton fils.** »

Puis il dit au disciple :

« **Voici ta mère.** »

Et à partir de cette heure-là,  
le disciple la prit chez lui.

Après cela, sachant que tout, désormais, était achevé  
pour que l'Écriture s'accomplisse jusqu'au bout,

Jésus dit :

« **J'ai soif.** »

Il y avait là un récipient plein d'une boisson vinaigrée.

On fixa donc une éponge remplie de ce vinaigre  
à une branche d'hysope,  
et on l'approcha de sa bouche.

Quand il eut pris le vinaigre, Jésus dit :

« **Tout est accompli.** »

Puis, inclinant la tête,

il remit l'esprit.

– Acclamons la Parole de Dieu.

*Textes liturgiques © AELF, Paris*

**VENDREDI SAINT**

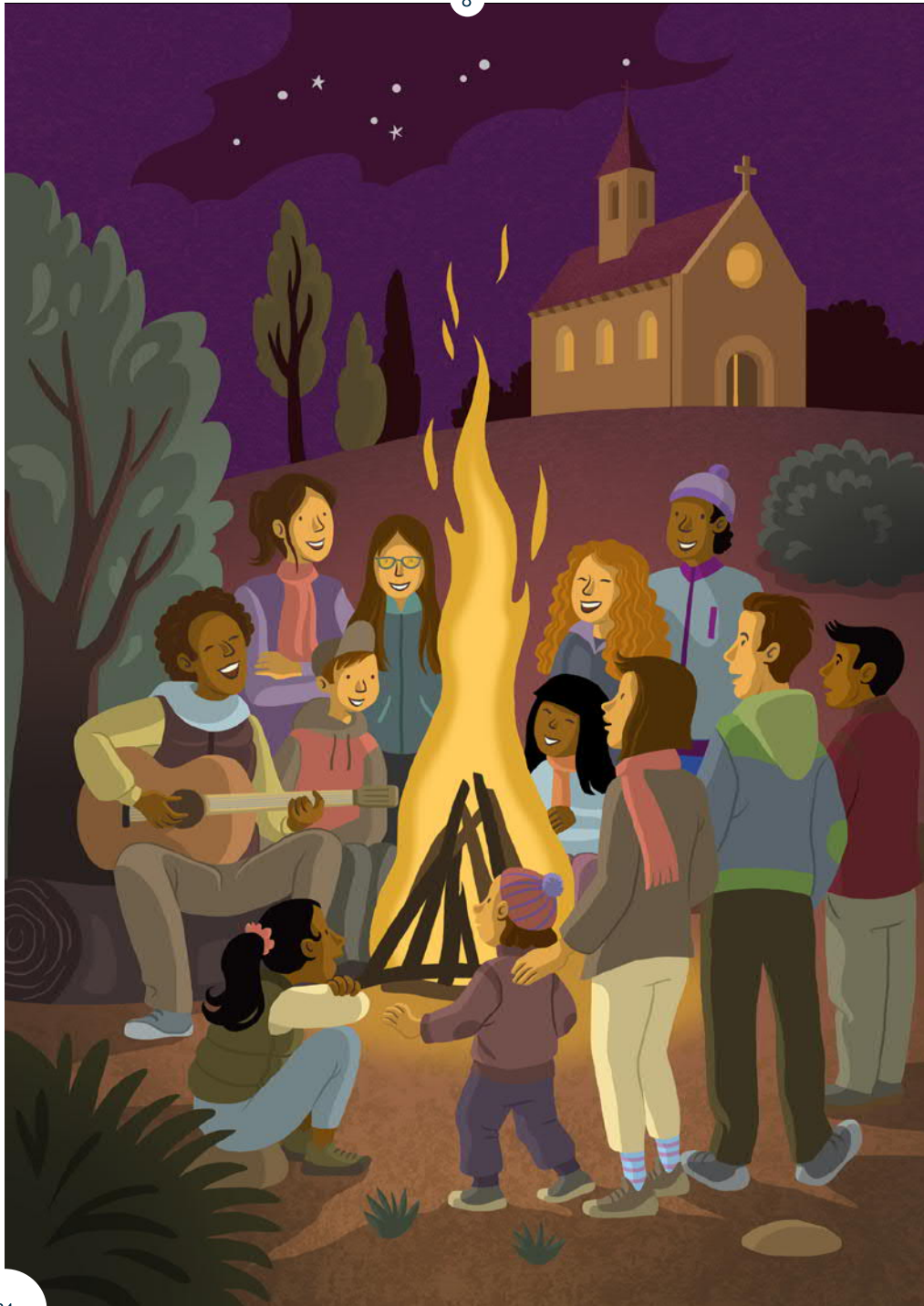
7 AVRIL 2023

**Réflexion pour les ados**

Jésus est mort sur la Croix. En jeûnant le jour du Vendredi Saint, nous montrons que Dieu nous est encore plus nécessaire que la nourriture. Te sens-tu capable de te priver d'un repas ou de le remplacer par un bol de riz ou une soupe ? **#jesuispenitent**

**Ton fils, Jésus,  
est mort sur la croix  
pour tous les enfants  
du monde.  
Accorde-nous  
ce mélange de tristesse  
et d'espoir qui nous  
indique le bon chemin.  
Donne-nous la paix  
pour vivre avec  
l'incertitude et les doutes.**

*Prière de Philippa Leclercq,  
déléguée du Réseau d'animation pastorale  
de l'Apel*



## VEILLÉE PASCALE

8 AVRIL 2022

**Activité pour la famille**

Les sablés de Pâques



Retrouver les  
explications  
sur notre page  
Pinterest  
[bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

*Lumière au cœur  
du monde,  
Jésus, nous t'acclamons.  
Clarté qui chasse l'ombre,  
Vers toi nous regardons.  
Heureux celui qui s'ouvre  
à ton matin !  
Dans ton Royaume il vivra  
sans fin.*

Chant : *Lumière au cœur du monde*  
(Claude Bernard)

Dans la nuit du samedi Saint, cette nuit lumineuse, les fidèles se retrouvent à l'église, ils viennent proclamer que le Christ a vaincu la mort et qu'il est ressuscité. Durant la célébration, sont lus, avant l'Évangile de la résurrection, de nombreux textes bibliques entrecoupés de psaumes, rappelant l'Alliance de Dieu avec les hommes. C'est aussi durant cette nuit que sont célébrés les baptêmes des adultes et des grands enfants. Au début de la célébration, un grand feu est allumé devant l'église. Le prêtre allume le nouveau cierge pascal à ce feu.

Puis, à la suite du prêtre portant le cierge, les fidèles rentrent en procession dans l'église obscure. Chacun ensuite allume son propre cierge au cierge pascal. Cela symbolise que le Christ « Lumière du monde » dissipe les ténèbres. Le cierge pascal sert ensuite pour les baptêmes et les obsèques durant tout l'année. Les cloches carillonnent de nouveau pour annoncer la joie de la résurrection du Christ : **«Le Christ, ... ressuscité des morts, répand sur les humains sa lumière et sa paix, Lui qui règne pour les siècles des siècles».** Amen !

*Évangile selon saint Jean (20, 1-9)*

Le premier jour de la semaine, Marie Madeleine se rend au tombeau de grand matin; c'était encore les ténèbres. Elle s'aperçoit que la pierre a été enlevée du tombeau. Elle court donc trouver Simon-Pierre et l'autre disciple, celui que Jésus aimait, et elle leur dit: « *On a enlevé le Seigneur de son tombeau, et nous ne savons pas où on l'a déposé.* » Pierre partit donc avec l'autre disciple pour se rendre au tombeau. Ils couraient tous les deux ensemble, mais l'autre disciple courut plus vite que Pierre et arriva le premier au tombeau. En se penchant, il s'aperçoit que les linges sont posés à plat; cependant il n'entre pas. Simon-Pierre, qui le suivait, arrive à son tour. Il entre dans le tombeau; il aperçoit les linges, posés à plat, ainsi que le suaire qui avait entouré la tête de Jésus, non pas posé avec les linges, mais roulé à part à sa place. C'est alors qu'entra l'autre disciple, lui qui était arrivé le premier au tombeau. Il vit, et il crut. Jusque-là, en effet, les disciples n'avaient pas compris que, selon l'Écriture, il fallait que Jésus ressuscite d'entre les morts.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**PÂQUES**

9 AVRIL 2023

**Réflexion pour les ados**

Pâques est la fête de la Résurrection du Christ. Annonce la bonne nouvelle autour de toi! #jesusestvivant

**Activité pour la famille**

Une carte postale à colorier et à envoyer



Retrouver les explications sur notre page Pinterest  
[bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Le Christ est ressuscité d'entre les morts, levez-vous, vous aussi!**

**Le Christ qui dormait s'éveille, éveillez-vous!**

**Le Christ sort du tombeau, la mort est vaincue.**

**C'est la Pâque du Seigneur,**

**C'est le jour de la résurrection et le commencement de la vraie vie.**

**Éclatons de lumière et de joie!**

**En ce matin de Pâques, prions pour la terre entière,**

**Prions pour l'Église du Christ, Prions pour tous nos frères les hommes.**

Prière du site: [eglise.catholique.fr](http://eglise.catholique.fr)



*Évangile selon saint Matthieu ( 28, 16-20)*

En ce temps-là, les onze disciples s'en allèrent en Galilée, à la montagne où Jésus leur avait ordonné de se rendre. Quand ils le virent, ils se prosternèrent, mais certains eurent des doutes. Jésus s'approcha d'eux et leur adressa ces paroles: « *Tout pouvoir m'a été donné au ciel et sur la terre. Allez! De toutes les nations faites des disciples: baptisez-les au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit, apprenez-leur à observer tout ce que je vous ai commandé. Et moi, je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin du monde.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**ASCENSION**

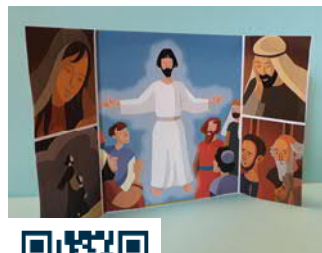
18 MAI 2023

**Réflexion pour les ados**

Comment pourrais-tu expliquer à tes amis le fait que Jésus se soit élevé dans les Cieux?  
#jesuistemoi

**Activité pour la famille**

Le triptyque de l'Ascension



Retrouver les explications sur notre page Pinterest  
[bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Seigneur Jésus,  
fais-nous regarder  
vers le ciel,  
sans oublier la terre,  
et inversement.  
Car tout ce que nous  
faisons sur terre  
à ceux qui sont tiens  
c'est à toi que nous  
le faisons.  
Ainsi-soit-il.**

Prière du Cardinal Godfried Danneels  
(1933-2019 – Belgique)

*Évangile selon saint Jean ( 20, 19-23)*

C'était après la mort de Jésus; le soir venu, en ce premier jour de la semaine, alors que les portes du lieu où se trouvaient les disciples étaient verrouillées par crainte des Juifs, Jésus vint, et il était là au milieu d'eux. Il leur dit: « *La paix soit avec vous!* » Après cette parole, il leur montra ses mains et son côté. Les disciples furent remplis de joie en voyant le Seigneur. Jésus leur dit de nouveau: « *La paix soit avec vous! De même que le Père m'a envoyé, moi aussi, je vous envoie.* » Ayant ainsi parlé, il souffla sur eux et il leur dit: « *Recevez l'Esprit Saint. À qui vous remettrez ses péchés, ils seront remis; à qui vous maintiendrez ses péchés, ils seront maintenus.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**PENTECÔTE**

28 MAI 2023

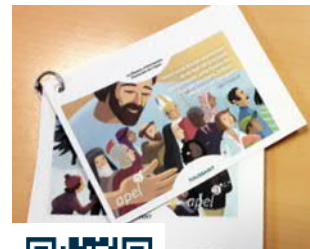
**Réflexion pour les ados**

Te sens-tu prêt à porter la Parole du Seigneur autour de toi?

#lesouffledelesprit

**Activité pour la famille**

Le jeu des fêtes liturgiques



Retrouver les explications sur notre page Pinterest

[bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Esprit de Jésus,  
don du Père,  
aide-nous à combattre le mal  
qui nous détourne de toi  
et à choisir la vie nouvelle  
en Jésus.**

**Fais grandir en nous  
le bonheur d'être enfants  
de Dieu,  
frères et sœurs de  
Jésus-Christ.**

**Sois béni éternellement  
pour tant de merveilles!**

*Prière des Sœurs des Saints cœurs  
de Jésus et Marie*





## Le réseau d'animation pastorale de l'Apel



*Textes liturgiques* © AELF, Paris

**Vous pouvez vous rendre  
dans n'importe quelle  
librairie religieuse pour  
y trouver le texte biblique  
dans son intégralité.**

### Le réseau d'animation pastorale de l'Apel (RAP)

- Il est constitué de parents Apel, nommés délégués à l'animation pastorale par les présidents d'Apel d'établissement, départementale ou académique.
- Il participe à la dimension évangélique de l'enseignement catholique.
- Il propose d'accompagner les parents dans leur spiritualité ou leur intériorité.

[www.apel.fr](http://www.apel.fr)



apel