



SEMAINE DU 6 AU 12 MARS



MES CHALLENGES DE CARÊME

Pour ce Carême 2022, nous vous proposons chaque semaine des idées d'actions pour vivre les 4 piliers de Carême :

- le partage
- la prière
- le jeûne
- la réconciliation/paix

Ce sont des idées...
Vous en aurez d'autres !
Piochez celles qui vous parlent et bon Carême !

CHALLENGE PARTAGE

Je propose une soirée jeux en famille

Je donne à une association ou à une personne en situation de mendicité

CHALLENGE PRIERE

Je télécharge une appli de prière. Par exemple :

- "Click to Pray", réseau de prière mondial du Pape : prière chaque jour + prière mensuelle du Pape
- « Prions en Eglise » : chaque jour, textes du jour, saint(e), méditations (+ autres si vous êtes abonnés)
- « Hozana » : textes du jour, prières, méditations...
- « AELF » : lectures du jour

Je regarde les idées de prière sur le site de la Paroisse

PRIERE DU PAPE FRANÇOIS

Ô Seigneur,
Ecoute la prière
De ceux qui se confient à
Toi,

Surtout celle des plus humbles, des plus éprouvés, de ceux qui souffrent et qui fuient le vacarme des armes.

Remets dans les coeurs la paix, redonne à nous jours ta paix.

Amen

CHALLENGE JEÛNE POUR FAIRE GRANDIR MA RELATION A DIEU CREATEUR

Je prends des douches plus courtes et réduis ma consommation d'eau pendant la vaisselle

Pendant tout le Carême, je mets de côté les papiers/journaux /magazines pour les donner à la collecte pour Maël (La Couture) ou Soan (Essars)

Je mange léger et je prends ce temps pour mon challenge prière

CHALLENGE PAIX

Je note les prénoms de 6 de mes proches (familles/collègues/amis) sur des papiers.

Je les mélange dans une boîte.

Chaque semaine, je tire au sort une personne dont je suis « l'ange gardien » (services, attentions...) "dans le secret".

