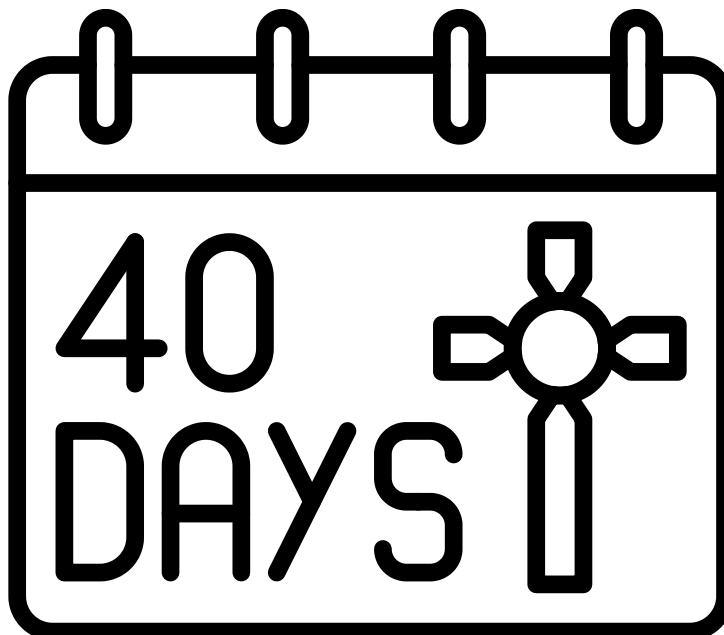


# Vivre le Carême et Pâques en classe



# **Qu'est-ce que le Carême ?**

Pour les chrétiens, le carême est un temps de préparation à la fête de Pâques. Il dure 40 jours. Ce chiffre dans la Bible symbolise les temps de préparation à de nouveaux commencements.

Le carême repose sur trois piliers : la prière, le partage et le jeûne.

Il peut être vécu comme un temps de recueillement, un temps privilégié pour se recentrer dans l'amour de Dieu et un temps de joie spirituelle.

Le carême n'est pas une période triste. L'Eglise invite les croyants à être dans la joie, le partage et le pardon pour accueillir, à Pâques, Jésus-Christ ressuscité.

# **Qu'est-ce que la Bible ?**

C'est le livre qui raconte l'histoire d'amour entre Dieu et les Hommes !

En réalité, c'est un gros livre qui regroupe 73 livres !

Ces livres sont séparés en 2 grandes parties : l'Ancien Testament, qui se passe avant la naissance de Jésus et qui est commune avec les juifs et le Nouveau Testament, qui raconte la vie de Jésus et ses amis.

# La démarche proposée

**Elle est adaptée à tous les élèves quelques soient ses convictions.**

Chaque jour est proposé une phrase tirée des lectures que lisent les chrétiens du monde entier ce jour-là. Elles sont viennent de la Bible.

Est associée à cette phrase une action à faire par les enfants ce jour-là.

Chaque jour, un élève volontaire peut lire à la classe et colorier une nouvelle case (et celle des jours précédents si il n'y a pas eu école) sur le chemin qui mène à Pâques.

Voici des vidéos qui peuvent être un soutien pour les temps forts du Carême :

**Mercredi des cendres - 18 février**

<https://www.youtube.com/watch?v=9Gk96VOy4sI>

**Jeudi Saint - 2 avril**

<https://multimedia.editions-mediaplay.fr/> code FVKMT

**Vendredi Saint - 3 avril**

<https://multimedia.editions-mediaplay.fr/> code EQJFJ

**Pâques - 5 avril**

<https://multimedia.editions-mediaplay.fr/> code NMEHD

2 mars

« Revenez à moi de tout votre cœur. » Jl 2

**Le Carême a commencé pour les catholiques. C'est un temps où ils essaient de se rapprocher de Dieu dans la prière, l'aumône (le service) et le jeûne (l'effort). Le Carême dure 40 jours.**

3 mars

« Choisis la vie » Dt 30

**Je reconnais toutes les belles choses qui se passent dans ma vie.**

5 mars

« Le jeûne qui me plaît n'est-ce pas partager ton pain avec celui qui a faim, accueillir chez toi les pauvres sans abris, couvrir celui que tu verras sans vêtements ? » Is 58

**Je rends service sans qu'on me le demande.**

6 mars

« Tu aimeras ton prochain comme toi-même. » Lv 19

**Je fais un compliment à un proche.**

9 mars

« Qui regarde vers lui resplendira sans ombre ni trouble au visage. » Ps 33

**J'offre des sourires tout au long de la journée.**

10 mars

« Grâce et bonheur m'accompagnent tous les jours de ma vie » Ps 22

**Je sème de la Joie autour de moi.**

12 mars

« Oui, près du Seigneur, est l'amour. » Ps 129

**Je cherche à faire plaisir à quelqu'un.**

13 mars

« Soyez dans la joie, exultez sans fin. » Is 65

**Je raconte une histoire drôle à mon entourage.**

16 mars

« Dieu est pour nous refuge et force, secours dans la détresse, toujours offert. » Ps 45

**J'appelle quelqu'un qui est seul.**

17 mars

« Souviens-toi de moi, Seigneur. » Ps 105

**Je range ma chambre pour la rendre plus accueillante.**

19 mars

« Il est proche du cœur brisé, il sauve l'esprit abattu. » Ps 33

**Je demande pardon à quelqu'un que j'ai peiné.**

20 mars

« Celui d'entre vous qui est sans péché, qu'il soit le premier à lui jeter une pierre. » Jn 8

**Je pardonne à quelqu'un qui m'a peiné.**

23 mars

« Espérant contre toute espérance, il a cru. » Rm 4

**Je fais l'effort de remplacer un temps d'écran par un temps de jeu ou d'échange avec quelqu'un de ma famille.**

24 mars

« Souvenez-vous des merveilles qu'il a faites. » Ps 104

**Mon cœur se gonfle de Joie en me souvenant d'un beau moment partagé avec un ami, ma famille...**

26 mars

« Dieu mon libérateur, le rocher qui m'abrite, mon bouclier, mon fort, mon arme de victoire ! » Ps 17

**Je suis vigilant à ce que personne ne soit laissé seul dans la cour de récré.**

27 mars

« Qu'une armée se déploie devant moi, mon cœur est sans crainte. » Ps 26

**Je pense, ou je prie, pour quelqu'un que je connais qui vit une épreuve.**

30 mars

« Sois le rocher qui m'accueille toujours accessible. » Ps 70

**J'écris une lettre ou je fais un dessin pour une personne qui est présent pour moi (papa, maman, un(e) ami(e), Dieu).**

31 mars

“Oui, j’ai de la valeur aux yeux du Seigneur, c’est mon Dieu qui est ma force”

**Je réalise que je suis une merveille !**

2 avril

« Je vous donne un commandement nouveau, dit le Seigneur :

« Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés ». » Jn 13

**Je suis agréable avec quelqu’un qui pourtant m’agace parfois.**

3 avril

« Il les aima jusqu’au bout. » Jn 18

**Aujourd’hui, les chrétiens se rappellent que Jésus est mort sur la croix par amour pour les hommes et les femmes.**

7 avril

« Ce Jésus, Dieu l’a ressuscité ; nous tous, nous en sommes témoins. » Ac 2

**Dans la nuit de dimanche à lundi, les chrétiens ont fêté la résurrection de Jésus. Cela veut dire, que Jésus a été plus fort que la mort et qu’il est revenu à la Vie ! C’est une très grande fête pour les chrétiens, car elle signifie que l’Amour est plus fort que le mal !**

# Propositions catéchétiques

## **Le livret du réseau d'animation pastorale de l'Apel**

<https://www.apel.fr/fairegrandir/avec-le-reseau-d-animation-pastorale/activites-de-careme-2026>

L'APEL propose chaque année un parcours qui permet d'avancer semaine après semaine et de proposer une démarche de Foi aux enfants au sein de leur famille ou du caté.

## **Théobule**

[www.theobule.org](http://www.theobule.org)

Un grand classique qui ne déçoit pas ! Des vidéos accompagnées de bricolages, coloriages...

## **Tante Menoue**

<https://tante-menoue.com>

Il y en a pour tous les goûts et tous les âges. Des bricolages ludiques pour vivre le Carême !

## **Service de catéchèse**

Depuis quelques années, le service de catéchèse propose un livret pour permettre aux élèves de suivre leur progression pendant le Carême. Il y a une version primaire et une secondaire. Vous pouvez en faire la demande à cette adresse : [catechese72@sarthe-catholique.fr](mailto:catechese72@sarthe-catholique.fr)