



## LE PETIT TRAIN DU CARÊME



**Objectifs :** Le temps du Carême permet à chacun de se rapprocher de Dieu, de réfléchir et d'agir pour faire circuler Son Amour, comme le petit train qui va son chemin en remplissant ses wagonnets de gestes d'amour.

### AMUSEZ-VOUS BIEN !

#### Matériel :

- Un crayon fin
- Des crayons de couleur
- Un feuille A4 « Petit Train de Carême » à imprimer (en annexe)  
Dans chaque wagonnet est inscrit une lettre de l'alphabet



**Durée :** un moment chaque jour, durant le temps du Carême

### Déroulement :

#### VOIR



Chaque jour, proposer aux enfants de réfléchir à ce qu'ils pourraient faire (gestes, attitudes..) pour se rapprocher de Dieu durant la journée.

#### COMPRENDRE



Chercher ensemble quelques idées en regardant ce que les enfants vivent en famille ou ailleurs ; donner quelques exemples de ce qui pourrait se faire. Et pourquoi pas, montrer l'exemple et jouer le même jeu à notre niveau d'adultes en s'engageant. Pour vous aider et aider les enfants, vous trouverez quelques exemples pour chaque lettre (ou presque) ci-dessous.

Retenir une, voire deux idées par jour et les noter dans un wagonnet, selon la lettre par laquelle commence le mot. Par exemple, si je vais prier, je cherche la lettre P et je note dans le wagonnet: "Prier".





Pour vous aider, quelques exemples pour chaque lettre :

**A:** aimer, aider, accepter l'autre, accompagner, attentif (être), apaiser quelqu'un, accueillir, aumône (donner une), attentionné (être), agir pour un monde meilleur,...

**B:** bienveillant (être), bénir (dire du bien), bon (être), donner du bonheur, Bible (lire la), bricoler un cadeau,...

**C:** consoler, complimenter, calme (être ou garder son), confiance en Dieu (avoir), contribuer à construire un monde meilleur...

**D:** donner, défendre quelqu'un, doux (être), discipliné (être), dessin (à offrir)...

**E:** encourager quelqu'un, Evangile (lire un texte), écoute (être à l', écouter la parole de Dieu), écrire une lettre (à une personne seule par exemple), espérer.

**F:** franc (être), fidèle en amitié (être), foi en Dieu (dire sa), fraternel (avoir des gestes),...

**G:** généreux (se montrer), gentil, gai,...

**H:** honnête (être), honorer Dieu, habitudes (changer des mauvaises), héberger quelqu'un, heureux de vivre (être)...

**I:** indulgent avec les autres (être), inclure tout le monde dans le groupe, illuminer les autres de ma joie, inviter ceux qui sont seuls,...

**J:** joie (donner de la), joyeux (être), jeûner, juste (être), jouer avec quelqu'un, ...

**L:** louer Dieu, liens (créer ou entretenir des), lire la Bible ou un texte de méditation, lumière (semer la), liberté (défendre la)...

**M:** meilleur (se rendre), modeste (se montrer), ...

**N:** nettoyer sa chambre, une pièce ou même son cœur,...

**O:** obéir, offrir un service, s'occuper des autres, oser marcher vers l'autre, ouvert aux autres (être),...

**P:** prier, partager, pardonner, protéger, paix (faire), patient (être), poli (être),...

**Q:** questionner (se, interpeller),...

**R:** respecter les autres, reconforter, réconcilier (se), réjouir (se), rendre service,...

**S:** Soutenir, sourire, sage (être), sincère (être), silence (faire) ...

**T:** tranquille (être), tendresse (donner de la), taire (se), témoigner de sa foi, ...

**U:** unir, utile (se rendre),...

**V:** vérité (dire la), vénérer Dieu, vaincre le mal, ...

**W** :... *jocker* ! (inscrire les prénoms des personnes de sa famille)

**X** :x (pardonner ou recommencer à faire bien « x fois », encore et encore),...

**Y** :y mettre tout son cœur (à ce qu'on fait),...

**Z** :zoomer ce qui est important dans la vie, zapper les prises de têtes,...



## PRIONS

---



### Quarante jours!

Quarante jours pour faire le tri,  
pour se délester de ce qui est inutile  
comme lorsqu'il faut traverser un désert.

Quarante jours pour éduquer le cœur et  
aimer,  
apprendre à aimer, d'une façon neuve,  
à la manière des premiers jours.

Quarante jours pour marcher à un autre  
rythme,  
pour changer de style, pour faire le ménage,  
pour se purifier.

Quarante jours pour regarder les autres,  
pour regarder Dieu,  
pour écouter la Parole du Christ et la laisser  
faire  
son œuvre de redressement au secret de  
nos désirs.

Quarante jours pour être transfiguré,  
Quarante jours pour grandir avec l'Évangile,  
Quarante jours pour apprendre à vivre!

*Charles Singer*



### Le Temps de Carême, le Temps du changement

Attends-moi, Seigneur: j'arrive!  
Attends-moi, Seigneur: je m'habille!

Mes yeux, je les habille de bonté  
Pour regarder tous les gens avec amitié.

Mes mains, je les habille de paix  
Pour donner du pardon sans compter.

Mes lèvres, je les habille de rire  
Pour offrir la joie au long des jours.

Mon corps et mon cœur, je les habille de  
prière  
Pour me tourner vers toi, Seigneur que  
j'aime.

Ca y est: je suis prêt. C'est moi!  
Me reconnais-tu?  
J'ai mis mes plus beaux habits!

Je t'aime Seigneur Jésus  
Et le plus bel habit sur moi  
C'est Ton AMOUR  
*Charles Singer*