

*PREMIÈRE SEMAINE DE CARÊME :*

*du mercredi des cendres au 2<sup>ème</sup> dimanche de Carême*



Cette semaine je ferai des efforts particuliers sur la  
*prière*  
pour imiter Jésus dans le désert.

*Chaque jour de cette semaine :*

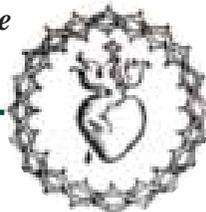
- Je vais m'efforcer de dire les prières à genoux et les mains jointes
- Je veillerai à renouveler souvent l'offrande de la journée avant les actions principales
- Je ferai prier mes frères et soeurs
- Je penserai souvent à Dieu avec amour pendant la journée
- Je me mettrai en présence de Dieu avant de commencer à prier
- Je ferai une visite au Saint-Sacrement en esprit
- Je prierai un peu plus que d'habitude
- Ma dernière pensée avant de m'endormir sera un acte d'amour envers Dieu

*Choisis ce que tu veux faire et coche la case !*

*Pratique supplémentaire....*

*Pour les Croisés  
plus généreux*

Je ferai un autel  
dans ma chambre  
devant lequel je prierai pendant ce Ca-  
rême, avec un crucifix ou une statue  
ou image pieuse, un cierge à allumer  
devant, quelques fleurs s'il y  
en a et je proposerai aussi à mes frères  
et soeurs de prier avec moi.  
Ensuite, je colorie  
le Sacré-Cœur.



*SECONDE SEMAINE DE CARÊME :*

*du 2<sup>ème</sup> dimanche de Carême au 3<sup>ème</sup> dimanche de Carême*



Cette semaine je ferai des efforts particuliers sur  
*l'esprit de sacrifice*  
pour imiter Jésus dans le désert.

*Chaque jour de cette semaine :*

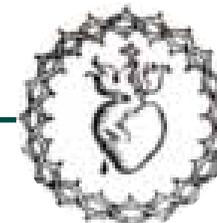
- Je m'efforcerai de manger un peu de quelque chose qui ne me plaît pas
- Je me priverai de chocolat ou de confiseries
- Je m'assiérai comme il faut, sans être avachi sur le canapé ou la chaise
- Je ferai en sorte de passer inaperçu, sans me faire remarquer
- Je ne me jetterai pas sur la nourriture, mais j'attendrai quelques instants
- Je ne me regarderai dans le miroir que par nécessité et non pas pour me contempler
- Je ne perdrai pas une minute de temps
- Je me proposerai pour faire quelque chose que personne n'a envie faire.
- J'offrirai les actions de ma journée en pénitence de mes péchés

*Choisis ce que tu veux faire et coche la case !*

*Pratique supplémentaire....*

*Pour les Croisés  
plus généreux*

Je me priverai de quelque chose de  
bon par amour de Dieu, pour le donner à  
quelqu'un qui en a plus besoin que  
moi. Puis je colorie le Sacré Cœur.





### TROISIÈME SEMAINE DE CARÊME :

du 3<sup>ème</sup> dimanche de Carême au 4<sup>ème</sup> dimanche de Carême

Cette semaine je ferai des efforts particuliers sur la  
vertu de l'humilité

pour imiter Jésus qui ne fait pas les miracles  
pour s'attirer la gloire humaine.

#### Chaque jour de cette semaine :

- Je ferai en sorte de ne pas me faire remarquer et de passer inaperçu
- Je parlerai toujours avec douceur à tous
- J'obéirai à mes parents, en pensant que j'obéis à Dieu
- Je ne ferai pas de réponses irrespectueuses à mes parents
- Quand je me ferai gronder, j'accepterai humblement le reproche et je ne chercherai pas d'excuses
- Je ne penserai pas que j'ai toujours raison et je cèderai aux autres (sauf bien sûr pour de mauvaises choses !)
- Je demanderai humblement pardon à mes supérieurs quand je me suis trompé
- Je ne me vanterai pas des bonnes choses que j'ai faites (c'est Dieu qui m'a donné la grâce pour les faire !)
- Quand j'ai mal fait, je ne mettrai pas la faute sur les autres, mais je penserai que c'est bien ma faute

**Choisis ce que tu veux faire et coche la case !**

*Pour les Croisés  
plus généreux*

#### Pratique supplémentaire....

Pour ressembler à  
Jésus je ferai un bel acte d'humilité  
: je demanderai profondément pardon à  
Dieu de tous mes péchés et je le remercierai  
du temps qu'il me donne encore pour me  
sanctifier. Et puis, en étant vraiment repenté,  
je demanderai pardon à papa

et maman de tout ce que j'ai fait de mal, de tous les  
déplaisirs que je leur ai donnés dans ma vie, et je  
les remercierai beaucoup de tout le bien qu'ils me  
font et de tout ce qu'ils me donnent. Ensuite, je  
colorie le Sacré-Cœur.



### QUATRIÈME SEMAINE DE CARÊME :

du 4<sup>ème</sup> dimanche de Carême au dimanche de la Passion

Cette semaine je ferai des efforts particuliers sur la  
**soumission à Dieu et l'adoration**  
due à Dieu seul.



#### Chaque jour de cette semaine :

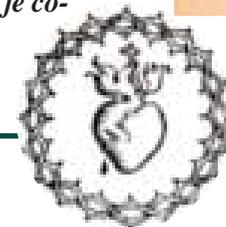
- J'accepterai sans me plaindre, des mains de Dieu, toutes les contrariétés de la journée
- Je ferai avec diligence mes devoirs de classe, parce que c'est la Volonté de Dieu
- Je ne me lamenterai pas des choses qui m'ennuient un peu : le chaud, le froid, une chose pénible... C'est Dieu qui le permet
- J'obéirai à mes supérieurs en esprit de Foi, c'est-à-dire en pensant que Dieu me fait connaître sa Volonté par mes supérieurs
- Quand j'aurai envie de faire le mal, je penserai que Dieu me voit toujours
- Je dirai, en me tenant très bien, toutes mes prières de la journée pour adorer Dieu

**Choisis ce que tu veux faire et coche la case !**

#### Pratique supplémentaire....

*Pour les Croisés  
plus généreux*

Par amour pour Dieu  
et pour me détacher toujours plus des choses  
de la terre, je veux être généreux. J'offrirai  
quelque chose de beau qui m'appartient, et au-  
quel je tiens, à un enfant ou à une personne qui  
se trouve dans la nécessité. De cette manière, je  
rendrai quelqu'un heureux et je me rappellerai  
toujours qu' « Il y a plus de joie à donner  
qu'à recevoir ! » Ensuite, je co-  
lorie le Sacré-Cœur.



CINQUIÈME SEMAINE DE CARÈME :

du dimanche de la Passion au dimanche des Rameaux



Cette semaine je ferai des efforts particuliers sur la **lutte contre mon défaut principal** pour imiter Jésus qui, dans le désert, chasse le démon avec force.

➔ Mon principal défaut contre lequel je dois lutter chaque jour est :

**Le défaut principal est corrigé par des actes de la vertu contraire:**

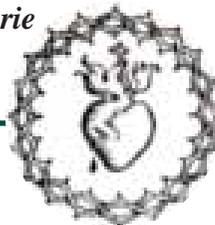
- ❖ Si mon principal défaut est la *désobéissance*, je dois faire des actes d'obéissance.
- ❖ Si mon principal défaut est de *répondre mal*, je dois parler doucement.
- ❖ Si mon principal défaut est de *me mettre en colère*, je dois toujours rester calme et tout accepter des mains de Dieu.
- ❖ Si mon principal défaut est la  *paresse*, je ne dois pas rester sans rien faire, mais m'appliquer à bien faire mon devoir d'état...



*Pour les Croisés plus généreux*

*Pratique supplémentaire....*

*Je dois adorer et servir Dieu par-dessus tout. Si je trouvais parmi mes livres, mes jeux, mes vêtements, mes dessins animés et films, quelque chose qui ne plaît pas à Notre-Seigneur, j'y renoncerai et je m'en débarrasserai. Ensuite, je colorie le Sacré-Cœur.*



SIXIÈME SEMAINE DE CARÈME : SEMAINE SAINTE

du dimanche des Rameaux au Samedi Saint



Cette semaine, je ferai des efforts particuliers pour consoler Jésus offensé par les hommes imitant les anges qui ont consolé et servi le Seigneur dans le désert.

*Chaque jour de cette semaine :*

- Je ferai une grande attention sur moi-même pour ne pas offenser le Seigneur; et si je tombe, aussitôt je lui demande pardon et je me lève
- Chaque jour j'offrirai à Jésus quelque chose qui me coûte, pour le consoler de tant de péchés
- Je dirai chaque jour une prière spéciale
- Je ferai un sacrifice en réparation de mes péchés
- Je dirai souvent dans mon cœur : Dieu soit béni!
- Je serai gentil avec tout le monde

*Choisis ce que tu veux faire et coche la case !*

*Pratique supplémentaire....*

*Pour les Croisés plus généreux*

*Par une prière qui sort de mon cœur, j'offrirai tous les mérites de mes bonnes actions et prières de cette semaine pour un pauvre pécheur, afin que, pour Pâques, il revienne à Dieu par la confession et la communion et puisse ressusciter spirituellement avec Jésus. En effet, la Sainte Église ordonne dans le troisième précepte : "Se confesser au moins une fois par an et communier au moins à Pâques". Combien ne le feront pas ! Aie au moins pitié de ces âmes et obtiens pour elles la grâce de la conversion ! Puis il colorie le Sacré-Cœur.*

