Aimer et Pratiquer Vertus



Foi, Espérance et Charité

Guide pour les Parents

Copyright © 2020, Dominicaines de Sainte Cécile, LBP Communications. Tous droits réservés.

Il est permis de reproduire ce document dans son intégralité, sans adaptations ni modifications, pour un usage purement éducatif et non commercial. Outre ce qui précède, aucune partie de ce document ne peut être reproduite ou transmise sous quelque forme que ce soit ou par quelque moyen que ce soit, électronique ou mécanique, y compris la photocopie, l'enregistrement ou tout autre mode de stockage d'information et de diffusion, sans l'autorisation expresse écrite de la Congrégation des Dominicaines de Sainte Cécile.

Demandes d'information : Dominican Sisters of St. Cecilia Congregation 801 Dominican Drive
Nashville, TN 37228
Etats-Unis d'Amérique
+1 (615) 256-5486
www.nashvilledominican.org

virtuesprogram@op-tn.org

Image de couverture : Photo des saints Louis et Zélie Martin, parents de sainte Thérèse de Lisieux. Louis et Zélie sont le premier couple canonisé comme couple. Image reproduite avec l'aimable autorisation des Carmélites de Marie et de Joseph, Varroville, Australie.

Aimer et Pratiquer Vertus

Toi, Espérance et Charité

GUIDE POUR LES PARENTS

CONGREGATION DES DOMINICAINES DE SAINTE CÉCILE Nashville, Etats-Unis d'Amérique

AN / MOIS	VERTIC	DEFINITIONS	SAINTS (CYC) F.1. II)	SAINTS (CYC) F III)	SAINTS (COLLEGE)
FOI	THÈME: LESERVICE				
SEPTEMBRE	FOI	Croire en Dieu et croire tout ce qu'Il a révélé	Ste Marthe	St.Jérôme	St Augustin
OCTOBRE	PIÉTÉ	Manifester un profond respect pour Dieu	St Hyacinthe de	St Tarcisius	Ste Marguerite
NOVEMBBE	BON USAGE DES	Office & Dia 1 la maille ir de con towner de cor talante et de coe bisan	Ste Elisabeth de	Dv Era Anacolico	St Joseph Moccati
NOVEMBRE	RICHESSES	Offir a Dieu, le meilleur de son temps, de ses talents et de ses biens	Hongrie	bx Fra Angelico	รเ Joseph Moscati
DECEMBRE	GÉNÉROSITÉ	Donner sans compter	St Nicolas	Ste Marie Madeleine	St Maximilien Kolbe
JANVIER	GRATITUDE	Voir chaque chose comme un cadeau et manifester de la reconnaissance	St François d'Assise	Ste Julie Billiart	St Josemaria Escriva
FEVRIER	HONNÊTETÉ	Etre digne de confiance et vrai	Sts Jacinta & Francesco Marto	Ste Kateri Tekakwitha	St Athanase
MARS	MISÉRICORDE	Prendre soin de ceux qui souffrent	St Jean Marie	Ste Faustina	Ste Teresa de Calcutta
AVRIL	JUSTICE	Etre juste	St Antoine de Padoue	Ste Catherine Drexel	St Thomas More
MAI	ZÈLE	Etre animé par un amour intense pour Dieu	St Paul	St Dominique	St François Xavier
ESPERANCE	THÈME:L'ÉTUDE				
SEPTEMBRE	ESPÉRANCE	Mettre sa confiance dans le plan d'amour de Dieu	St Joseph	Ste Elisabeth Anne Seton	Sts Louis & Zélie Martin
OCTOBRE	STUDIOSITÉ	Chercher à connaître la Vérité	St Albert-le-Grand	St Thomas d'Aquin	Ste Edith Stein
NOVEMBRE	HUMILITÉ	Reconnaître ses talents et accepter ses limites	St Jean Baptiste	St Pio de Pietrelcina	Ste Thérèse de Lisieux
DECEMBRE	PATIENCE	Attendre sans se plaindre	Ste Monique	St Isaac Jogues	Ste Rita de Cascia
JANVIER	ЭПОЕ́ ЦПЕ́	Tenir ses promesses	Ste Cécile	Bx Louis & Marie Beltrame Quattrocchi	Ste Jeanne Beretta Molla
FEVRIER	JIOF	Voir le bon côté des choses	St Jean Bosco	St Philippe Néri	Bx Miguel Pro
MARS	TEMPÉRANCE	Prendre juste la bonne quantité de ce qui est bon	Ste Thérèse d'Avila	St Camille de Lellis	Ven. Matt Talbot
AVRIL	OBÉISSANCE	Dire oui à Dieu et à ceux qui sont chargés de nous	Notre Dame	St Juan Diego	Ste Françoise-Xavière Cabrini
MAI	DILIGENCE	Faire de son mieux et persévérer jusqu'au bout	St André Bessette	St François de Sales	Ste Catherine de Sienne
CHARITE	THÈME: LA COMMUNA	AUTÉ			
SEPTEMBRE	CHARITÉ	Aimer Dieu de tout son cœur, de toute son intelligence et de toute sa force et le prochain comme soi-même	Ste Gertrude	St Vincent de Paul	Ven. Laura Vicuna
OCTOBRE	AMITIÉ	Aimer d'un amour qui recherche le bien d'autrui	St Benoît & Ste Scholastique	Sts. Basile & Grégoire	Bx Pier Giorgio Frassati
NOVEMBRE	COURTOISIE	Faire attention aux autres	St Martin de Porres	Bx. Solanus Casey	Bx. Pierre Toussaint
DECEMBRE	PURETÉ	Garder son âme pure	St Dominique Savio	Ste Agnès	Ste Maria Goretti
JANVIER	FORTITUDE	Etre fort et courageux dans l'adversité	Ste Bernadette	Ste Jeanne d'Arc	Sts. Paul Miki & ses Compagnons
FEVRIER	PRUDENCE	Prendre la bonne décision en toute circonstance	St Junipero Serra	St. John Neumann	St Jean XXIII
MARS	RESPECT	Reconnaître la dignité de toute personne	Ste Jeanne Jugan	St Damien de Molokai	St Jean Paul II
AVRIL	PARDON	Pardonner les offenses	St Patrick	Bse Marguerite Castello	Ste Joséphine Bakhita
MAI	RESPONSABILITÉ	Accomplir son devoir dans toutes ses actions	St Pierre	St Henri II	Bx Bartolo Longo

INFORMATIONS GÉNÉRALES SUR LE PARCOURS

« Aimer et Pratiquer les Vertus » est un programme d'éducation aux vertus qui couvre tous les niveaux de la Petite Section de Maternelle jusqu'à la classe de 4ème. Une même vertu est travaillée chaque mois à tous les niveaux, afin de créer une unité au sein d'un Etablissement et dans la famille. Le programme étudie vingt-sept vertus, sur un cycle de trois ans (voir aperçu du programme au début du livret). Ces trois années sont fondées sur les trois vertus théologales.

- L'année de la foi se concentre sur les pratiques catholiques et « les œuvres de la foi » (Ga 5, 6) Tout l'Etablissement est dans une dynamique de service.
- L'année de l'espérance insiste sur l'étude parce que pour réaliser le plan que Dieu a sur nous, nous avons besoin de mettre en œuvre les talents que Dieu nous a donnés.
- L'année de la charité met l'accent sur la communauté, en particulier sur la manière dont les élèves interagissent les uns avec les autres, parce que « celui qui n'aime pas son frère qu'il voit, ne saurait aimer Dieu qu'il ne voit pas » (1 Jean 4, 20).

Chaque mois, tous les élèves approfondissent la même vertu, mais les élèves de maternelle, des classes élémentaires et du collège travaillent sur des saints différents. Ainsi les enfants qui pratiquent le programme tout au long de leur scolarité ont une approche de base de la vertu en maternelle avec un saint, approfondissent la même notion avec un autre saint dans les classes élémentaires et étudient encore plus profondément cette vertu au niveau du collège avec un troisième saint. Pour renforcer l'impact de ces saints, il serait bon que les parents présentent ces saints comme des héros et demandent à leurs enfants de leur parler des saints qu'ils étudient chaque mois. Même si la vertu est approfondie dans les classes supérieures, les mêmes termes sont utilisés à tous les niveaux, pour que les élèves se familiarisent, petit à petit, avec le vocabulaire.

La vertu n'est pas seulement une chose à savoir, mais une attitude à pratiquer. « Aimer et Pratiquer les Vertus » met l'accent sur les jeux de rôle en classe pour que les élèves puissent s'entrainer à réagir de façon appropriée, en utilisant la vertu étudiée. Chaque mois, les élèves ont également un travail à rendre. Ce travail implique rarement la fabrication d'un objet. Il suppose généralement des échanges avec les parents, parfois entre pairs et se concrétise par un objectif qui doit aider le jeune à se perfectionner dans le domaine de la vertu étudiée.

Dans les classes de Primaire, les élèves réalisent le travail avec l'aide de leurs parents, chaque mois. Les élèves de collège ont le choix de le faire soit avec leurs parents, soit avec leurs pairs. À tous les niveaux, une simple fiche est signée par les parents et l'élève, puis retournée à l'école pour indiquer quel effort concret a été choisi et évaluer les progrès de l'élève dans la vertu du mois. Pour encourager les jeunes à prendre à cœur leur travail, la fiche peut donner lieu à une évaluation.

Comme les parents sont les premiers éducateurs de leurs enfants, « Aimer et Pratiquer les Vertus » respecte leur rôle en leur confiant la charge d'échanger avec leurs enfants sur tout ce qui concerne leur caractère.

Le travail à faire à la maison et les efforts suggérés ne sont pas censés dicter aux parents leur rôle. Ces derniers sont libres de choisir leurs propres objectifs pour le mois. La liste de suggestions est conçue comme une ressource pour les parents.

Il serait très profitable que les parents montrent l'exemple pour la vertu du mois, y fassent référence ou choisissent de la travailler eux-mêmes.

Pourquoi demande-t-on une trace écrite des efforts réalisés? D'abord parce que toute leçon porte davantage quand ce qui est appris à l'école est renforcé à la maison et, de plus, la dynamique de classe joue lorsque tous les élèves réalisent leur objectif de comportement. Il est plus facile de faire un effort lorsque « tout le monde le fait » et, d'une certaine manière, parce que c'est exigé.

Pour tous les élèves, tout spécialement pour les collégiens, la nécessité de signer un formulaire fournit aux parents une « bonne raison » de demander à leur enfant de travailler sur certains points de leur comportement ou de discuter de sujets délicats. Exiger ce formulaire prouve que vous estimez la croissance morale de votre enfant aussi importante que ses progrès dans tous les autres domaines pour lesquels l'école utilise des notes et des appréciations. Vous montrez ainsi que les autres exigences de l'école ne sauraient éclipser ce qui constitue l'essentiel.

L'école peut fournir chaque mois une liste de travaux à réaliser, mais dans le cas où celle-ci se perdrait, vous trouverez à la fin de ce livret un exemplaire à photocopier. A la suite de ce formulaire se trouvent quelques pages pour vos notes personnelles. Quand les enfants sont tout petits, on prend plaisir à noter les progrès de leur croissance physique. Quelle joie de conserver aussi quelques repères de leur croissance dans la vie morale et spirituelle!

Définitions de « vertus » adaptées à chaque âge

Les définitions suivantes se trouvent au début des cahiers d'exercices et seront utilisées en classe :

Maternelle: Une vertu est une bonne habitude.

Quand nous écoutons Jésus, Il nous aide à faire les bons choix. Si nous l'écoutons encore et encore, nous nous habituons à faire de bons choix. Alors, faire ce qui est bien devient facile et cela nous rend heureux!

C.P.-C.E.1: Une bonne habitude est appelée vertu. .

Une mauvaise habitude est appelée vice. Les habitudes se développent par la pratique. Dieu nous donne toujours la grâce de choisir et de faire ce qui est bien. Quand nous pensons à ce qui est bien et ouvrons nos cœurs à Dieu, nous faisons de bons choix et grandissons dans la vertu. Les vertus nous rendent libres, heureux et saints.

C.E.2-C.M.2: Une vertu est une bonne habitude.

Quand nous prenons le temps de réfléchir à ce qui est juste et bon et si nous ouvrons notre cœur à la grâce, nous sommes capables de faire les bons choix et de développer nos vertus. Si nous faisons souvent des choses qui sont mauvaises nous développons de mauvaises habitudes que l'on appelle des vices. Les vices peuvent nous piéger. Les vertus nous libèrent pour que nous donnions le meilleur de nous-mêmes ; ce qui nous rend heureux et saints.

Il y a trois vertus qui sont appelées « vertus théologales ». Ces vertus nous sont données par Dieu. Elles nous conduisent à Dieu et ouvrent nos cœurs à la présence de Dieu en nous. Ces vertus nous sont données au baptême et nous les développons chaque fois que nous grandissons en sainteté. Elles donnent vie à toutes les autres vertus. Les vertus théologales sont la foi, l'espérance et la charité.

Il y a quatre vertus qui sont appelées vertus cardinales. « Cardinal » vient d'un mot latin qui signifie « charnière », comme celles sur lesquelles repose une porte.

Toutes les autres vertus s'appuient sur elles. Les vertus cardinales sont la prudence, la justice, la force et la tempérance.

Collège: Une vertu est une bonne habitude.

Le mot vertu vient du latin « virtus » qui signifie « force ». Notre nature déchue est faible et peut facilement tomber dans le vice, mais les grâces qui nous sont accordées par le Christ nous permettent de surmonter nos faiblesses et de développer la force ou la vertu. Chacun jouit de la liberté d'être vraiment soi-même et de se rapprocher de plus en plus de Dieu. Il est donc important de prier pour demander cette grâce.

Les vertus humaines ou morales s'acquièrent par l'éducation, des actes posés volontairement et des efforts persévérants. Elles sont purifiées et élevées par la grâce. Quatre de ces vertus jouent un rôle central et sont ainsi appelées les vertus cardinales : la prudence, la justice, la fortitude et la tempérance. Elles nous conduisent à Dieu par d'autres moyens qui sont bons pour nous

Les trois vertus théologales : la foi, l'espérance et la charité sont infusées par Dieu lors de notre baptême. Elles donnent vie aux vertus morales en permettant à Dieu d'habiter en nous en nous aidant à être vertueux, par amour pour Lui. Elles nous conduisent directement à Dieu.

Les sept dons de l'Esprit Saint sont la sagesse, l'intelligence, le conseil, la force, la science, la piété et la crainte de Dieu. Ils nous sont donnés par le Saint-Esprit dans le sacrement de la confirmation. Ils sont différents des vertus parce qu'ils nous sont accordés directement par Dieu et ne sont pas acquis par la répétition de bonnes actions. Ils nous rendent dociles aux inspirations de l'Esprit Saint et permettent de compléter et de parfaire toutes les vertus (Voir le Catéchisme de l'Eglise Catholique # 1803-1845).

Définitions de « saints » adaptées à chaque âge

Les définitions suivantes se trouvent au début des cahiers d'exercices et seront utilisées en classe :

Maternelle: Un saint est une personne qui est au Ciel.

Tous ceux qui sont au Ciel sont appelés des saints. Si nous écoutons Jésus et faisons les bons choix pour le suivre, nous serons heureux avec Lui pour toujours! Les saints présentés dans ce livre sont tous au paradis avec Dieu.

C.P.-C.E.1: Un saint est une personne qui est au Ciel.

Dieu veut que nous devenions tous des saints pour être au Ciel. Certains saints sont canonisés. L'Église veut nous dire par là que nous pouvons être sûrs que ces personnes sont au Ciel. Ces saints ont beaucoup aimé Dieu et ont mené une vie vertueuse. Ils nous donnent le bon exemple et nous montrent comment aller au Ciel. Nous pouvons leur demander de nous aider par leurs prières.

C.E.2-C.M.2: Un saint est une personne qui est au Ciel.

L'Église catholique canonise des saints. « Canon » signifie liste. Un saint canonisé est quelqu'un qui est ajouté à la liste des saints.

L'une des premières étapes dans le processus de canonisation est une enquête qui permet de vérifier si la personne a vécu une vie de « vertus héroïques ». Dans la dernière étape du processus, l'Église prie pour obtenir un miracle par l'intercession de la personne. « Bienheureux » et « vénérable » sont des titres pour les défunts qui sont presque canonisés. L'Église nous donne les saints canonisés comme modèles et comme intercesseurs, mais chacun de nous est aussi appelé par Dieu à devenir saint.

Collège: Un saint est une personne qui est au Ciel.

Dieu désire que chacun de nous devienne saint et le rejoigne au Ciel pour toujours. L'Eglise catholique nous offre les saints canonisés comme modèles et intercesseurs vers lesquels nous pouvons nous tourner. La canonisation est un processus qui consiste à vérifier qu'un croyant a exercé toutes les vertus humaines et chrétiennes à un degré héroïque et à affirmer que, maintenant au Ciel, cette personne jouit pleinement de la vision de Dieu — un bonheur inexprimable. Les saints sont également désireux d'aider ceux qui sont encore sur cette terre.

La promotion d'une cause pour la canonisation prend des années de travail et de prière. Elle est préparée par un groupe de personnes dévouées à cette cause.

Les étapes de la canonisation: *

- 1. Serviteur de Dieu : Rome et l'évêque du lieu où la personne a vécu ont approuvé l'ouverture d'une enquête sur sa vie, ses écrits et les miracles qu'elle a obtenus de Dieu.
- 2. Vénérable : les conclusions de cette enquête ont été présentées au Vatican et approuvées par le Pape.
- 3. Bienheureux : un miracle attribué à la personne a été scientifiquement étudié et approuvé. Pour un martyr, un premier miracle n'est pas nécessaire.
- 4. Saint : un deuxième miracle a été approuvé et la personne est canonisée.
 - * L'Eglise a le pouvoir de contourner ce processus et le fait parfois.

Année de la Foi

INTRODUCTION A L'ANNÉE DE LA FOI

- « La foi est le moyen de posséder déjà ce qu'on espère, et de connaître des <u>réalités qu'on ne voit</u> <u>pas</u>.» (Hébreux 11,1)
- « nous cheminons dans la foi, nous cheminons sans voir. » (2 Corinthiens 5,7)
- « Jésus leur dit : « Croyez-vous que je peux faire cela ? » Ils répondirent : « Oui, Seigneur » .

Alors il leur toucha les yeux, en disant : « Que tout se fasse pour vous selon votre foi ! » (Mt 09, 28-29) « Il leur dit : « <u>Pourquoi avoir peur</u>, hommes de peu de foi ? » Alors, debout, Jésus interpella vivement les vents et la mer, et il se fit un grand calme. » (Matthieu 8, 26)

- « Dans le Christ Jésus, peu importe qu'on ait reçu ou non la circoncision : ce qui importe, c'est la foi <u>agis</u>sant par la charité » (Galates 5,6)
- « Mes frères, si quelqu'un prétend avoir la foi, alors qu'il n'agit pas, à quoi cela sert-il ? Cet homme-là peut-il être sauvé par sa foi ? Supposons que l'un de nos frères ou l'une de nos sœurs n'aient pas de quoi s'habiller, ni de quoi manger tous les jours ; si l'un de vous leur dit : « Rentrez tranquillement chez vous ! Mettez-vous au chaud, et mangez à votre faim ! » et si vous ne leur donnez pas ce que réclame leur corps, à quoi cela sert-il ? . . . En effet, comme le corps qui ne respire plus est mort, <u>la foi qui n'agit pas est morte.</u> » (Jacques 2, 14-16; 26)



Même si chacune des trois années du programme s'appuie sur une vertu théologale (foi, espérance, charité), la définition de « vertus théologales » est peut-être plus claire dans le cas de la foi. La plupart des vertus sont de bonnes habitudes que nous acquérons par la pratique, mais ces trois vertus sont appelées théologales, parce qu'elles nous sont données par Dieu lui-même, lors de notre baptême. Non seulement ces trois vertus nous sont données par Dieu, mais elles Lui permettre de vivre en nous et nous donnent d'orienter nos vies vers Lui.

La foi est souvent envisagée comme un acte de notre volonté : « Je choisis de croire », mais ceci est erroné et bien en deçà de ce que la foi est réellement. Nous ne pouvons pas décider de notre propre initiative d'avoir accès à Dieu. Plus grand que l'univers, plus brillant que tous les plus grands génies du monde réunis, le Dieu qui nous a créés est bien au-delà de notre compréhension. Nous pouvons le connaître seulement parce qu'il choisit de se révéler à nous. Dans sa bonté, il a voulu non seulement que nous apprenions certaines choses le concernant, mais que nous le connaissions. Par le don de la foi, nous participons de la viemême de Dieu ; Il habite en nous. Imaginez-vous ? Nous participons de la vie-même de Dieu ! Cela n'est possible que comme un don reçu de Dieu, c'est miraculeux, et beaucoup d'entre nous n'avons jamais vraiment réalisé ce que cela signifie.

À l'instar des autres vertus, les vertus théologales peuvent se développer. La foi s'approfondit par l'étude et la prière. Si nous voulons approfondir notre relation avec une personne, nous cherchons à mieux la connaître en passant du temps avec elle. C'est la même chose avec Dieu. Comment votre famille peut-elle approfondir sa foi par l'étude et la prière cette année ?

Par le baptême, vous et vos enfants avez reçu la « semence» de la foi. Que pouvez-vous faire pour l'aider à grandir ?

La foi concerne le voir et le faire. Une personne qui a la foi voit ce que l'incroyant ne peut pas imaginer. Nous croyons en l'invisible. La foi n'est pas comme une prise de position politique, un programme auquel on adhère, avec une carte de cotisation. Pour nous, dire «je crois» ou «je suis catholique» signifie que Dieu nous donne une tout autre perspective sur les expériences quotidiennes et sur le but de notre vie.

Si je suis catholique, je sais que dans mon quotidien, je suis entouré par des anges puissants qui guident les peuples et les nations - y compris des anges mauvais qui cherchent à nous égarer. Je sais que la Mère de Dieu et les saints - y compris ceux de ma propre famille qui ont atteint le Ciel - sont constamment avec moi, intimement impliqués dans ma vie et me soutiennent par la puissance de leurs prières. Si je suis catholique, je sais que le monde matériel a une signification profonde, que « la matière » a été choisie par Dieu pour devenir un moyen concret de partager sa vie : que la grâce nécessaire pour transformer le monde est disponible dans les mots chuchotés dans un confessionnal, dans une goutte d'eau bénite, que Dieu lui-même nous attend dans tous les tabernacles du monde, caché sous les apparences du pain afin que nous puissions être physiquement proches de Lui. Si je suis catholique, j'aime le Saint Père qui représente le Christ sur la terre, et l'Eglise en dépit de ses défauts et de ses faiblesses, parce que c'est ma famille et la source de ma vie parce Dieu agit à travers elle. Et surtout, si j'ai la foi, je sais que chaque être humain est aussi un être spirituel, que le but de la vie est de gagner le Ciel, pour partager la vie de Dieu dans la joie éternelle et pour éviter le malheur éternel loin de lui. C'est ainsi qu'une personne qui a la foi voit le monde.

Si nous voyons le monde de cette manière, cela changera la façon dont nous agissons et cela permettra à Dieu d'agir dans nos vies. Le Christ ne fut pas capable de faire des miracles dans les communautés où les esprits et leur cœurs étaient fermés. En cette année de la foi, ouvrons nos cœurs au Christ! Si nous faisons cela, il pourra faire des miracles en nous et à travers nous.

Les bonnes œuvres procèdent de la foi et prouvent son authenticité. Une foi authentique nous pousse à évangéliser, à courir, courir jusqu'aux limites de la terre pour proclamer le trésor que nous avons trouvé. Et parce que nous savons que chaque personne a une destinée éternelle et une valeur inestimable, nous nous soucions de chacune d'elles. Nous savons tous qu'il est bien plus facile de parler que d'agir. Nous devons donc non seulement dire « je crois », mais également vivre en conséquence.

Pendant l'année de la foi, des vertus telles que la foi et la piété seront l'occasion de renouveler les pratiques de dévotion à la paroisse et à l'école. Elles pourront inclure un rosaire médité en octobre, une galerie des saints en novembre avec chaque enfant costumé comme l'un des saints, un spectacle de Noël centré sur la naissance de Jésus à l'Ecole, une retraite familiale, un chemin de croix ou la célébration de la Passion, l'adoration eucharistique en Carême, un pèlerinage ou une procession mariale en mai.

Puisque « la foi sans les œuvres est morte » (Jc 2, 26), l'année de la foi souligne aussi le sens du service. Les vertus telles que la bonne utilisation des talents, la générosité, la miséricorde et la justice offrent des possibilités pour organiser des projets de classe ou d'Etablissement : collecte, bol de riz, service auprès des plus démunis... Pendant l'année de la foi, nous chercherons à approfondir notre relation à Dieu, pour le connaître et le servir, en servant les autres.

Que chacun de nous puisse se reconnaître parmi ceux dont Notre Seigneur a dit Thomas : « Heureux ceux qui ont cru, sans avoir vu ». (Jean 20, 29)



VERTUS POUR L'ANNÉE DE LA FOI

Septembre :	13
Octobre : PIÉTÉ : faire preuve d'un profond respect pour les choses de Dieu	14
Novembre : BON USAGE DES RICHESSES : rendre à Dieu le meilleur de son temps, de ses talents et de ses biens	15
Décembre : GÉNÉROSITÉ : donner sans compter	16
Janvier :	17
Février :	18
Mars : MISÉRICORDE: Prendre soin de ceux qui souffrent	19
Avril : JUSTICE : être juste et donner à chacun ce qui lui revient	20
Mai :	21

PROPOSITIONS POUR SEPTEMBRE: activités à faire à la maison

FOI : croire en Dieu et croire tout ce qu'Il a révélé

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1. : sainte Marthe

- 1. Prie chaque jour pour demander une foi profonde. Par exemple : « Seigneur, je crois en toi, aidemoi à te connaître davantage ».
- 2. Fais de brèves visites à Jésus présent dans le tabernacle plusieurs fois pendant le mois
- 3. Lis (ou demande à tes parents de te lire) à haute voix un passage de la Bible, chaque soir.
- 4. Demande à ton parrain ou à ta marraine de te parler de la Trinité, de l'Incarnation et de l'Eucharistie
- 5. Demande à un prêtre de bénir un nouveau crucifix, un bénitier ou une image sainte pour votre maison ou pour ta chambre. Utilise cet objet religieux comme un appel à la prière chaque fois que tu entres dans la pièce.

CE2 – CM2 : saint Jérôme

- 1. Prie l'Acte de Foi chaque jour.
- 2. Passe un moment devant Jésus exposé pour l'adoration eucharistique en utilisant ARDOR comme guide : A = Adorer, R=Remercier, D= Demander pardon, O= Offrir, R=Résolution. Ose poser des questions à Dieu et écoute ses réponses.
- 3. Cherche différentes prières à dire dans ton cœur pendant les moments de silence de la Messe, en particulier avant les lectures bibliques (« Seigneur que ta Parole se grave dans mon esprit, sur mes lèvres et dans mon cœur »), au moment de l'élévation (« Seigneur, je crois, viens en aide à mon peu de foi! ») et après la communion.
- 4. Echangez en famille sur ce que les lectures de la Messe et l'homélie vous inspirent, chaque dimanche.
- 5. Regarde des clips vidéo du Pape sur la chaîne YouTube officielle du Vatican : http://www.youtube.com/user/vaticanfr Exprime ton affection pour le Saint-Père parce qui est, comme l'appelait sainte Catherine de Sienne, « le doux Christ sur la terre ». Explique comment le Pape et tous les évêques sont les successeurs des apôtres.

<u>Collège</u>: saint Augustin

- 1. Mémorise le Symbole des Apôtres (utilisé au début du chapelet) ou le Credo de Nicée (récité à la Messe).
- 2. Prie le chapelet ou participe à l'adoration du Saint Sacrement avec un ami plusieurs fois, si possible.
- 3. Engage-toi avec un ami à faire chaque soir cinq minutes de lecture silencieuse de l'Écriture. Partagez vos découvertes.
- 4. Y a t-il un enseignement de l'Église que vous ne comprenez pas ? Consultez le Catéchisme de l'Église Catholique et son index : www.vatican.va/archive/FRA0013/_INDEX.HTM
- 5. Organise une réunion de partage de la foi à la maison. Lis l'Ecriture avec quelques amis et discutez de votre foi.
- 6. Suis les nouvelles du Vatican sur le site internet *Vatican News* pour échanger avec un ami ou tes parents : https://www.vaticannews.va/fr.html

PROPOSITIONS POUR OCTOBRE : activités à faire à la maison

PIETE: faire preuve d'un profond respect pour les choses de Dieu

Maternelle - CE1 : saint Hyacinthe

- 1. Fais la visite guidée d'une église quand elle est vide. En chuchotant, repère les statues, le sanctuaire, l'autel, le tabernacle, la sacristie, les vitraux, etc. Choisis une partie de l'église dans laquelle tu manifesteras plus de respect, ce mois-ci.
- 2. Echange avec tes parents sur la présence réelle de Jésus dans l'Eucharistie. Exerce-toi à faire une communion spirituelle : acte de foi en la présence réelle de Jésus-Christ au sacrement de l'autel ; acte de désir, en t'imaginant que tu t'approches de la sainte table et que tu reçois l'hostie de la main du prêtre ; acte d'action de grâces, comme si tu avais réellement communié.
- 3. Explique pourquoi s'incliner est un signe de respect (reconnaissance et soumission). Pratique l'inclination profonde dans les cas suivants : en entrant dans le sanctuaire, en passant devant le tabernacle, à la Messe pendant le Credo à l'expression « Par l'Esprit Saint, il a pris chair de la Vierge Marie, et s'est fait homme », avant la communion.

CE2 - CM2: saint Tarcisius

- 1. Demande à un évêque, à un prêtre ou à un diacre de te parler de son ordination ou à une religieuse de témoigner du jour où elle a prononcé ses vœux. Cela peut être un membre de ta famille : quelqu'un qui est ordonné ou consacré à Dieu.
- 2. Echange avec tes parents sur la manière dont les sacramentaux (C.E.C. 1667-1679) ouvrent nos cœurs à la grâce. Explique comment manifester du respect envers les objets bénis (ne jamais les laisser par terre, ne pas les jeter quand ils sont usés ou cassés, mais les brûler ou les enterrer). Choisis un sacramental et utilise-le pendant le mois pour ouvrir ton cœur à la grâce :
 - Bénédictions : bénédiction avant les repas, se signer avec de l'eau bénite, faire un signe de croix sur le front de ses enfant au coucher ou avant de quitter la maison.
 - Objets bénis : Bible, eau bénite, chapelets, scapulaires, médailles, crucifix, statues, images, reliques.
- 3. Fais le signe de la croix chaque fois que tu passes devant une église pour honorer la présence de Notre Seigneur, tout au long du mois.
- 4. Apprends à prier l'Angélus ou le Chemin de Croix par dévotion envers les Mystères de l'Incarnation ou de la Rédemption.

Collège: sainte Marguerite Clitherow

- 1. Décide de mieux honorer le repos dominical (moyen de sanctifier le jour du Seigneur). Rappelle-toi que «saint» signifie différent, à part. Quelques idées concrètes pour tous les dimanches : passer plus de temps en famille, apprécier les beautés de la création, se préparer pour la Messe en lisant les lectures à l'avance, faire un effort particulier pour la préparation du repas, mettre des fleurs sur la table, allumer une bougie, faire ses devoirs à l'avance, prier ensemble en famille, renoncer à se plaindre ou à se battre le dimanche, s'habiller de manière confortable et élégante, s'abstenir de toute activité qui peut devenir addictive (jeux vidéo , télévision, SMS, Internet, etc.), rendre visite aux grands-parents ou leur téléphoner, faire du courrier, faire une sieste, etc.
- 2. Apprends à célébrer la Liturgie des Heures pour sanctifier la journée. Prie un ou deux offices ce mois-ci, dans un monastère ou à la maison. Voir : http://www.aelf.org/?office_id=8
- 3. Si tu as la mauvaise habitude d'utiliser le nom du Seigneur en vain, tache de t'en débarrasser. En cas d'oubli, fais le signe de la croix.
- 4. Vénère la Vierge Marie d'une façon particulière ce mois d'octobre. Prie le chapelet ou le «Souvenez-Vous».
- 5. Prie ce mois-ci pour que notre société reconnaisse dans chaque personne l'image de Dieu, pour qu'elle reconnaisse le miracle de la vie et qu'elle respecte davantage les mères.
- 6. Ce mois-ci, prends le temps de vraiment écouter ceux qui te parlent. Veille à ne pas multiplier les activités pendant que quelqu'un te parle. Donne à chaque personne toute l'attention qu'elle mérite. Pourquoi est-ce important ? Après avoir fait l'expérience, que constates-tu ?

PROPOSITIONS POUR NOVEMBRE : activités à faire à la maison

BON USAGE DES RICHESSES : rendre à Dieu le meilleur de son temps, de ses talents et de ses biens

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1 : sainte Elisabeth de Hongrie :

- 1. Pense à quelque chose que tu fais bien lecture, écriture, dessin, lacer tes chaussures, etc. et proposetoi pour aider une personne plus jeune que toi, en utilisant cette compétence.
- 2. Demande à tes parents si tu peux mettre un peu d'argent dans le tronc des pauvres à l'église ou à la guête le dimanche.
- 3. Prive-toi de quelque chose pour donner l'argent aux pauvres.
- 4. Pense à faire le signe de la Croix dès que tu te réveilles, pour consacrer toute ta journée à Dieu.
- 5. Si tu prends des cours de danse, fais une démonstration pour quelqu'un qui est seul ou triste.
- 6. Demande si tu peux prendre en charge la répartition des fournitures et des jouets qui vous sont confiés à la maison ou à l'école.

<u>CE2 – CM2</u>: bienheureux Fra Angelico:

- 1. Sois un bon intendant du matériel de la classe : propose ton aide à ton professeur pour la réparation des livres ou autres objets de votre classe qui sont endommagés ou qui ont besoin d'être nettoyés.
- 2. Dessine ou peins un tableau et offre-le comme cadeau à quelqu'un qui est malade ou souffrant.
- 3. Chante dans la chorale de l'école ou de ta paroisse.
- 4. Si tu es un bon lecteur, choisis une l'histoire de saint ou un conte de fées avec une bonne morale et lis -le à un enfant plus jeune.
- 5. Pense à apporter un don pour l'offertoire de la messe de dimanche.
- 6. Comment peux-tu être un bon intendant de la terre ? Choisis une nouvelle façon de préserver les ressources ou de les recycler.
- 7. Consacre à Dieu le temps et les talents de tes activités périscolaires, de tes activités sportives ou tes compétitions. Prévois de prier avant chaque entrainement, chaque répétition, chaque match, etc. Offre aussi le meilleur de toi-même pour Dieu et pour ton équipe.
- 8. Y a-t-il une matière qui est plus difficile pour toi ? Consacre ce temps à Dieu. Dans ta prière avant le cours, demande à Dieu de t'aider à vraiment faire de ton mieux pour lui plaire, car c'est sa volonté que tu fasses cette activité dans le temps qu'il t'a donné.

Collège: saint Joseph Moscati:

- 1. Discute avec un ami d'un sujet qui vous passionne tous les deux, par exemple les besoins en eau potable, les abris ou la nourriture pour les pauvres dans les pays en développement, les soins médicaux pour les personnes dans le besoin, le mouvement pro-vie, les refuges pour les sans-abris, les banques alimentaires, les soupes populaires, etc. Choisissez un moyen de faire connaître ces besoins à vos amis. Si vous communiquez par internet avec vos amis, vous pouvez utiliser les mêmes médias pour faire connaître les actions que vous voulez soutenir.
- 2. Discute de la dîme (don d'un dixième de ses ressources) avec un ami. Pourquoi pensez-vous que beaucoup de gens ont renoncé à cette pratique ? Pensez-vous que c'est une pratique importante ? Pourquoi ? Avez-vous l'intention de donner la dîme quand vous serez plus âgés ? Si oui, comment pouvez-vous commencer maintenant ?
- 3. Dirige les chants à l'église ou fais partie d'une chorale liturgique.
- 4. Enseigne ton sport préféré à un jeune enfant qui ne le pratique pas.
- 5. C'est lorsque nos journées sont les plus chargées que nous avons le plus besoin de la prière, mais c'est souvent à ces moments-là que nous la négligeons le plus! Si tu as une journée particulièrement bien remplie ce mois-ci, mets délibérément quelques minutes de côté pour la prière. Plus tard, réfléchis à la manière dont ta journée en a bénéficié.

PROPOSITIONS POUR DÉCEMBRE : activités à faire à la maison

GÉNÉROSITÉ: donner sans compter

<u>Maternelle - CE1</u>. : saint Nicolas <u>CE2 - CM2</u> : sainte Marie Madeleine <u>Collège</u> : saint Maximilien Kolbe

Choix d'activités pour ce mois-ci :

- 1. Beaucoup de familles ont déjà des traditions pour donner aux pauvres pendant la période de Noël. Nous cherchons à promouvoir un esprit de paix pendant l'Avent, pour préparer nos âmes pour la venue du Christ à Noël; donc si ta famille donne déjà aux pauvres pendant l'Avent, ne te sens pas obligé de commencer quelque chose de nouveau! Il suffit de réfléchir à tout ce que vous faites pour être généreux chaque année en décembre.
- 2. Dieu t'appelle-t-il à tout donner ? Si tu penses que Dieu pourrait t'appeler à être prêtre ou religieuse, prie ce mois-ci pour demande la grâce de répondre à l'appel de Dieu par un «oui» généreux.
- 3. Qu'est-ce que votre paroisse organise pour Noël ? Profite des opportunités qui te sont offertes pour faire quelque chose pendant l'Avent.
- 4. Si vous n'avez pas encore de tradition familiale pour partager avec les pauvres pendant l'Avent, peut-être pouvez-vous en établir une, par exemple en :
- adoptant anonymement une famille qui est dans le besoin et en déposant des cadeaux à leur porte.
- faisant une collecte au profit des pauvres plutôt que d'échanger des cadeaux.
- sacrifiant quelque chose que vous voulez pour Noël et en utilisant l'argent pour les pauvres.

PROPOSITIONS POUR JANVIER: activités à faire à la maison

GRATITUDE : voir chaque chose comme un cadeau et être reconnaissant

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1. : saint François d'Assise

- 1. Tous les soirs avant de te coucher, remercie le Seigneur pour dix choses qu'il t'a données ce jour-là.
- 2. Remercie Dieu, chaque fois que tu vois quelque chose de beau. N'oublie pas de dire « merci » chaque fois que quelqu'un te donne quelque chose : de la nourriture, un accompagnement, quelqu'un qui partage ses jouets, etc.
- 3. Écris une carte de remerciement pour quelqu'un qui t'a aidé. Les enfants les plus jeunes peuvent demander à leurs parents d'écrire ce que qu'ils veulent dire.
- 4. Fais une promenade dans la nature ; examine de près toutes les créatures, petites et grandes que Dieu a créées et remercie-le pour chacune d'entre elles.

<u>CE2 – CM2</u>: sainte Julie Billiart

- 1. Tous les soirs avant de te coucher, remercie le Seigneur pour dix choses qu'il t'a données ce jour-là.
- 2. Chaque fois que quelqu'un te fait un compliment, accepte-le humblement. Puis prends un moment pour te rappeler, dans ton cœur, que tous tes talents sont un don de Dieu et remercie-le pour sa bonté.
- 3. Tiens un journal de gratitude : tout au long de la journée, note les choses pour lesquelles tu es reconnaissant : les belles choses que tu vois, les compliments que tu reçois, ce que tu réalises de beau, les bienfaits reçus, etc.
- 4. Pense à une personne, à une chose ou à une situation que tu pourrais considérer comme allant de soi. Prends la résolution d'exprimer ta gratitude pour cette personne, cette chose ou cette situation, plusieurs fois ce mois-ci.
- 5. Lorsque tu prends un repas ce mois-ci, pense aux ingrédients de chaque plat et, dans ton cœur, remercie Dieu pour les plantes et les animaux qu'Il a fait grandir et le dur travail des personnes qui ont contribué à ce repas. Par exemple, si tu manges un gâteau, remercie Dieu pour la croissance du grain, pour l'agriculteur qui a récolté le blé, le meunier qui a fait la farine, le camionneur qui l'a transportée, le boulanger qui l'a pétrie, la poule qui a pondu les œufs, la vache qui a donné le lait, etc. N'est-il pas étonnant de réaliser que nous considérons souvent tout cela comme allant de soi ?

Collège: saint Josemaría Escrivá

- 1. Chaque fois que tu pries, avant de demander des choses à Dieu, arrête-toi pour le remercier pour trois choses pour lesquelles tu es reconnaissant.
- 2. Avec un ami, pensez à une personne, à une chose ou à une situation que vous pourriez considérer comme allant de soi. Prenez la résolution d'exprimer votre gratitude pour cette personne, cette chose ou cette situation, plusieurs fois ce mois-ci. Exprimez votre gratitude d'abord dans la prière, puis en disant «merci» directement à la personne, puis partagez entre vous les occasions où vous avez été reconnaissants
- 3. Échange avec un ami sur les différentes façons dont une personne peut exprimer de la reconnaissance. Les gens manifestent leur gratitude différemment, en fonction de leur personnalité. Au cours du mois, essaie une des manières utilisées habituellement par ton ami et propose lui d'essayer une des tiennes. Faites le point. Est-ce que cette expérience a été utile ?
- 4. Fais un pacte «anti-plainte» avec tes amis. Chaque fois que l'un d'entre vous est surpris en train de se plaindre, il doit dire trois choses pour lesquelles il est reconnaissant.
- 5. Organisez un concours à celui qui dira le plus souvent «merci» aux enseignants et aux parents, pendant la journée seuls les «merci» sincères comptent!

PROPOSITIONS POUR FÉVRIER : activités à faire à la maison

HONNETETÉ : être digne de confiance et vrai

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1: bienheureuse Jacinta et bienheureux Francesco Marto.

- 1. Attention! Nous ne voulons jamais mentir; mais dire « et en plus, c'est vrai! » ne te permet pas de dire des paroles blessantes. Entraîne-toi chaque jour à faire un compliment à quelqu'un, en disant quelque chose de vrai. Ne le dis que si tu le penses vraiment! Fais remarquer une chose que tu as aimé, à propos de ce que cette personne a dit ou a fait, ce jour-là.
- 2. Entraîne-toi à dire la vérité sur la façon dont tu te sens quand tu n'es pas satisfait de quelque chose ou de quelqu'un ou quand tu ne veux pas faire ce qu'on te demande, mais toujours de manière respectueuse. Parfois, on peut dire la vérité à Jésus dans son cœur sans rien dire à haute voix et le Lui offrir en sacrifice.
- 3. Ne dis pas un seul mensonge ce mois-ci. Attention! Cela inclut d'être tricheur et de cacher des choses pour éviter de se faire gronder.

CE2 - CM2: sainte Kateri Tekakwitha

- 1. Pas de « pieux mensonges »! Monte un club avec tes amis et faites la chasse à tout ce que l'on dit sans le penser vraiment.
- 2. Lance une ligue anti-rumeurs : il est malhonnête de répandre des histoires qui portent atteinte à la réputation de quelqu'un, même si elles sont vraies, car cela fait apparaître la personne comme pire que ce qu'elle est vraiment. C'est encore plus grave si ces histoires sont fausses! Identifie les rumeurs pour ce qu'elles sont et fais-les cesser!
- 3. Analyse certaines annonces publicitaires que tu vois à la télévision. Comment manipulent-elles la vérité ?

Collège: saint Athanase

- 1. Echange sur la signification de « la vérité nous rend libres ». Cherche des films où cela se vérifie et visionne-les avec tes amis.
- 2. Plutôt que d'agir pour être «bien vu», ose être toi-même. Repère combien de fois tu vas à contrecourant pour rester toi-même et organise un concours avec tes amis.
- 3. Peut-être te sens-tu coupable parce que tu essaies de cacher quelque chose et tu cherches à te donner bonne conscience? Tu sais que tu as enfreint certaines règles, par exemple en piratant de la musique ou des films ou en copiant sur un camarade. Avec un ami, faites la liste de toutes les formes de malhonnêteté qui sont socialement acceptées. Décidez ensemble de vivre à contrecourant de la société en évitant toutes les formes de tricherie, afin de devenir totalement dignes de confiance.
- 4. Lutte contre les calomnies, les jugements téméraires et la médisance (pour les définitions, voir le Catéchisme de l'Eglise Catholique n° 2477). Fais un pacte avec tes amis : pendant ce mois-ci, vous ne direz que ce qui est vrai, bon et utile pour préserver la réputation de tout le monde.

PROPOSITIONS POUR MARS: activités à faire à la maison

MISERICORDE: Prendre soin de ceux qui souffrent

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: saint Jean-Marie Vianney

- 1. Repère ceux qui ont besoin d'aide dans la cour de récréation ou ailleurs et tente de les aider. Attention, il n'est pas utile que tout le monde se rassemble pour aider quelqu'un. Parfois, il suffit de rester avec la personne qui a besoin d'aide.
- 2. Donne de la nourriture ou des vêtements à ceux qui en ont besoin.
- 3. Prie pour quelqu'un qui souffre. Cela peut être quelqu'un de proche ou une personne dans une autre partie du monde.

CE2 - CM2: sainte Faustine

Choisis l'une des œuvres de miséricorde spirituelle ou corporelle et imagine un moyen de la pratiquer ce mois-ci. Si tu choisis une œuvre de miséricorde spirituelle, assure-toi que tu comprends bien quel type de souffrance elle soulage (Catéchisme de l'Eglise Catholique n ° 2447).

Les œuvres de miséricorde spirituelle :

- 1. Conseiller ceux qui en ont besoin,
- 2. Instruire les ignorants,
- 3. Exhorter les pécheurs,
- 4. Réconforter les affligés,
- 5. Supporter avec patience les personnes ennuyeuses,
- 6. Pardonner toutes les offenses,
- 7. Prier pour les vivants et pour les morts.

Les œuvres de miséricorde corporelle :

- 1. Donner à manger à ceux qui ont faim,
- 2. Donner à boire à ceux qui ont soif,
- 3. Vêtir ceux qui sont nus,
- 4. Visiter et les prisonniers,
- 5. Loger les sans logis
- 6. Visiter les malades
- 7. Ensevelir les morts.

<u>Collège</u>: sainte Teresa de Calcutta

- 1. « Une joie partagée est une double joie, un chagrin partagé est un demi-chagrin ». Demande à quelqu'un que tu connais ce qui le fait souffrir, en particulier dans son cœur. Mets ton cœur complètement à son écoute avec une sollicitude pleine d'amour. Montre ta miséricorde en portant avec lui sa croix par la prière.
- 2. Echange sur le lien qui existe entre la vertu de miséricorde et le pardon. Tous les actes de miséricorde sont-ils des actes de pardon ? Tous les actes de pardon sont-ils des actes de miséricorde ? Explique comment l'absence de pardon est cause de souffrance ? Pratique, ce mois-ci, une conclusion que tu as tirée de tes échanges.
- 3. Pratique une des œuvres de miséricorde spirituelle ou corporelle (voir ci-dessus).

PROPOSITIONS POUR AVRIL: activités à faire à la maison

JUSTICE : être juste et donner à chacun ce qui lui revient

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1: saint Antoine de Padoue

- 1. Quand tu partages des choses ce mois-ci, prends soin de faire des parts égales.
- 2. Lorsqu'il y a quelque chose que tu ne peux pas diviser, donne à chacun son tour, sans te plaindre.
- 3. Ce mois-ci, assure-toi que les règles des jeux auxquels vous jouez sont équitables pour tous. Parfois juste signifie différent : si ton petit frère ou ta petite sœur jouent, les règles doivent être plus faciles pour eux que pour toi, parce qu'ils ne savent pas encore jouer.

<u>CE2 – CM2</u>: sainte Catherine Drexel

- 1. Connais-tu un groupe de personnes qui ne sont pas traitées avec équité (rémunération, égalité des chances, etc.) ? Écris une lettre à un représentant du gouvernement ou du parlement pour demander que justice soit faite.
- 2. Evalue ce que cela coûte d'élever un enfant de la naissance à l'université (demande à tes parents de t'aider). En stricte justice, comment les enfants doivent-ils être reconnaissants pour les sacrifices et l'amour de leurs parents ? Comment doivent-ils réagir, maintenant et quand ils seront plus âgés ? Choisis soit de faire quelque chose ce mois-ci, soit de rédiger une lettre pour quand tu auras 40 ans, pour te rappeler de tout ce que tu dois à tes parents et en pensant à la façon dont tu pourrais essayer de leur rendre en retour.
- 3. Voir n°2 : fais un exercice similaire en essayant d'estimer combien de temps un professeur consacre pour ses élèves chaque année. Que dois-tu à tes enseignants, en stricte justice ?
- 4. Qu'est-ce que Dieu t'a donné ? Fais une liste. Nous pensons souvent à ce que nous donnons à Dieu par amour, mais pensons-nous suffisamment à ce que nous lui devons en simple justice. Essaie de faire une liste. Parfois, nous pensons que nous sommes très généreux envers Dieu, alors qu'en fait, nous accomplissons à peine notre devoir. Demande à tes parents de vérifier tes réponses et de t'aider à choisir un élément de ta liste à pratiquer ce mois-ci.
- 5. Qu'est-ce que ton pays t'a donné ? Fais une liste. Qu'est-ce que tu lui dois en retour ? Fais une deuxième liste. Choisis quelque chose de la deuxième liste à pratiquer ce mois-ci.

Collège: saint Thomas More

- 1. Fais une recherche pour savoir si dans ta famille ou dans ton établissement on achète des produits qui sont manufacturés par des entreprises qui ne respectent pas les règles de justice (par exemple les ouvriers sont sous-payés, maltraités ou on fait travailler des enfants). Trouve des produits de substitution et écris aux fabricants pour leur dire pourquoi vous n'achetez plus leurs produits. Tu peux rechercher sur internet les « listes de boycott » ou les « marques de boycott ». Mais garde un esprit critique : on ne peut pas croire tout ce que l'on lit. Dans ce domaine, il y a des enjeux politiques et financiers. Si tu lis quelque chose accusant une entreprise de pratiques injustes, trouve une source d'information digne de confiance pour valider l'accusation, écris à la société pour leur demander si c'est vrai ou consulte un adulte digne de confiance.
- 2. Demande à un avocat ou à un juge de t'expliquer pourquoi la justice est importante.
- 3. Interviewe un adulte que tu admires et demande-lui son point de vue sur la dette qu'une personne a envers Dieu, l'Église, sa famille et sa patrie.
- 4. Est-ce que donner à chacun son dû consiste à donner la même chose à chacun ? Recherche des exemples où cela n'est pas le cas et prends discrètement position pour une vraie justice.
- 5. Recherche quels sont les droits d'un citoyen de ton pays ? Écris une lettre à un représentant du gouvernement pour défendre un droit qui te semble être bafoué.

PROPOSITIONS POUR MAI: activités à faire à la maison

ZÈLE: être animé par un amour intense pour Dieu

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1. : saint Paul

- 1. Chaque jour de ce mois parle de Dieu à quelqu'un.
- 2. Choisis un domaine où tu as tendance à être paresseux et, ce mois-ci, offre comme cadeau à Dieu d'y mettre plus d'énergie.
- 3. Fais des dessins ou écris des petits mots qui parlent de Dieu et dépose-les là où des membres de ta famille ou d'autres personnes peuvent les trouver. Attention de ne pas créer de désordre dans la maison!

<u>CE2 – CM2</u>: saint Dominique

- 1. Cherche une carte du monde qui montre le pourcentage de chrétiens dans chaque pays du monde. Penses-tu que dans le monde aujourd'hui il y a des gens qui n'ont jamais entendu parler de Jésus-Christ ? Choisis un pays ce mois-ci et prie pour les missionnaires qui s'y trouvent.
- 2. Connais-tu quelqu'un qui est catholique, mais qui ne va plus à l'église ? Prie pour cette personne ce mois-ci et offre des sacrifices pour lui ou pour elle.
- 3. Évangélise avec de l'eau bénite ou des médailles miraculeuses : trouve des lieux (magasins, maisons, etc.) où tu penses que les gens ont besoin de rencontrer Dieu ou les endroits où tu soupçonnes que les gens peuvent s'éloigner de Dieu. Fais discrètement une croix avec de l'eau bénite quelque part dans ce lieu ou dépose une médaille miraculeuse bénie.

Collège: saint François Xavier

- 1. Sois audacieux dans la foi : prends le risque de parler de ta foi avec une connaissance qui ne sait pas que tu es catholique.
- 2. Connais-tu quelqu'un qui cherche le sens de sa vie ? Invite-le à découvrir la foi catholique.
- 3. As-tu déjà pensé à ne pas te contenter de demi-mesure et à devenir religieuse ou prêtre ? Quels sont les ordres religieux les plus austères ? Fais une recherche sur leur règle de vie ou essaie de rencontrer un membre pour lui demander comment il vit.
- 4. Y a t-il des activités que tu pratiques et dans lesquelles tu sens que Dieu n'est pas le bienvenu ? A toi de lui faire une place! Laisse-toi inspirer sur ce que tu pourrais faire pour Dieu ce mois-ci. On pense parfois qu'il n'est pas convenable de parler de notre foi dans certains contextes : une équipe de foot, un club de danse, un anniversaire où tous ne partagent pas ta foi. Sois assez zélé pour introduire l'histoire d'un saint que tu admires ou un autre aspect de ta foi.
- 5. Considère s'il est prudent ou lâche de cacher ta foi dans certaines circonstances. Penses-tu que tous ceux qui te connaissent savent que tu es catholique ? Porter une croix ou une médaille est une autre manière silencieuse de prêcher la foi à tous ceux que tu rencontres. Si tu veux le faire dans ton collège, vérifie que cela est permis par le règlement.
- 6. Existe t-il des possibilités de missions d'évangélisation ou de service dans ton diocèse ? Vois comment tu pourrais y participer cet été.

Année de l'Espérance

INTRODUCTION POUR L'ANNÉE DE L'ESPÉRANCE

- « Nous mettons notre fierté dans la détresse elle-même, puisque la détresse, nous le savons, produit la persévérance ; la persévérance produit la vertu éprouvée ; la vertu éprouvée produit l'espérance ; et l'espérance ne déçoit pas, puisque l'amour de Dieu a été répandu dans nos cœurs par l'Esprit Saint qui nous a été donné.» (Romains 5, 3-5)
- « Cette espérance, nous la tenons comme une ancre sûre et solide pour l'âme. » (Hébreux 6, 19)
- «... afin que, rendus justes par sa grâce, nous devenions en espérance héritiers de la vie éternelle. » (Tite 3, 7)
- « Il nous a fait renaître pour une vivante espérance grâce à la résurrection de Jésus Christ d'entre les morts.

pour un héritage qui ne connaîtra ni corruption, ni souillure, ni flétrissure. . . Aussi vous exultez de joie, même s'il faut que vous soyez affligés, pour un peu de temps encore, par toutes sortes d'épreuves ; . . . car vous allez obtenir le salut des âmes qui est l'aboutissement de votre foi. » (1 Pierre 1, 3-9)

« Attends le Seigneur, Israël, maintenant et à jamais. » (Psaume 130)



La vertu théologale d'espérance qui nous est donnée au baptême et qui s'affermit quand nous grandissons dans la foi est très différente de ce que nous appelons « espoir » dans le langage courant. Habituellement, on utilise le mot « espoir » lorsque l'on parle d'un « désir » ou d'un « souhait » : « J'espère que vous allez bien », « j'espère que je vais avoir cette promotion ». L'espérance chrétienne ne signifie pas un souhait, mais une certitude, la confiance qui vient du fait que Dieu nous a créés pour vivre avec Lui dans le Ciel, comme Il nous l'a promis. La vertu d'espérance, c'est-à-dire la confiance dans le dessein d'amour de Dieu, nous permet de souffrir avec joie en cette vie sachant que, même lorsque ce qui nous arrive est mauvais, le Seigneur peut le faire servir pour notre salut. La vertu d'espérance nous rappelle que les souffrances de cette vie sont de courte durée et de peu d'importance par rapport à l'immensité de joie préparée pour nous dans l'éternité. Le chrétien sait que mettre son espérance dans la richesse, dans les puissants de ce monde ou dans toute autre réalité temporelle est insensé : tout cela nous décevra à un moment donné. Seul Dieu ne nous décevra jamais et seul le Ciel ne passera pas.

Par conséquent, c'est en ancrant nos cœurs dans le Ciel que nous pouvons supporter toutes les tempêtes et les épreuves de cette vie. Comme par une ancre solidement accrochée à une rive lointaine, l'espérance nous donne la force et la direction pour être constamment hissés vers Dieu, en cherchant le chemin qu'Il a prévu pour nous dans cette vie et en reconnaissant qu'il s'agit d'un voyage avec Lui vers la vie éternelle.

Aimer et Pratiquer les Vertus

L'espérance vise également le plan de Dieu pour nous en cette vie. Pour chacun de nous, Dieu a prévu un itinéraire différent qui conduit à Lui rendre gloire et à trouver notre propre chemin vers le Ciel. Cette année sera l'occasion pour les jeunes de se concentrer sur la découverte de leurs talents et de les perfectionner en les exerçant, de sorte qu'ils se préparent pour la vocation à laquelle Dieu les appelle. Comprendre correctement la vertu d'humilité (accepter nos limites et nos talents donnés par Dieu) leur permettra de discerner les dons que Dieu a donnés à chacun et de se réjouir pour les talents offerts aux autres. Les vertus telles que la studiosité, la tempérance, l'obéissance et la diligence leur offriront la possibilité de développer les compétences liées à l'étude, telles que la recherche, la gestion du temps, la prise en compte des consignes et le travail bien fait.

Tout cela sera pratiqué en cherchant quelle est la volonté de Dieu pour eux dans cette vie, pour Le rejoindre pour toujours au Ciel. La vertu de fidélité leur rappellera ce même but, y compris pour le travail scolaire. La vertu de patience les aidera à ne pas baisser les bras lorsqu'ils feront des erreurs et la pratique de la joie leur apprendra non seulement à ne pas se prendre trop au sérieux mais aussi que, pour Dieu, être « parfait » ne consiste pas à atteindre la perfection dans son travail, comme certains le pensent parfois. La joie est le signe le plus sûr que nous suivons le plan de Dieu et que nous faisons notre travail pour Sa gloire et non la nôtre.

Notre tradition catholique invoque le Rédempteur avec reconnaissance par l'acclamation « Ave Crux, Spes Unica! » (Salut, ô Croix, notre unique espérance!) et sa Mère, en priant « Vita, dulcedo, et spes nostra, salve » (Salut ô Reine, Mère de miséricorde, notre vie, notre douceur, notre espérance). Cette année, nous nous tournerons vers la croix et Notre-Dame comme signes d'espérance, sachant que l'amour de Dieu triomphe du mal et que nous avons au Ciel une Mère qui se tient proche dans les tristesses de cette vie et nous convie à nous réjouir à ses côtés pour l'éternité.

Espérance

VERTUS POUR L'ANNÉE DE L'ESPÉRANCE

Septembre : ESPÉRANCE : confiance dans le dessein d'amour de Dieu	27
Octobre : STUDIOSITÉ: rechercher le savoir pour se rapprocher de la vérité	28
Novembre :	29
Décembre :PATIENCE : attendre ou supporter sans se plaindre	30
Janvier : FIDÉLITÉ : être fidèle à ses promesses et à ses engagements	31
Février : JOIE : voir le bon côté des choses	32
Mars : TEMPÉRANCE : profiter des bonnes choses de manière juste et équilibrée	33
Avril : OBÉISSANCE : dire « oui » avec amour à la volonté de Dieu et de ceux à qui Il nous a confiés	34
Mai :	35

PROPOSITIONS POUR SEPTEMBRE: activités à faire à la maison

ESPÉRANCE : confiance dans le dessein d'amour de Dieu

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: saint Joseph

- 1. Quelles promesses Dieu a-t-il faites et a-t-il tenues dans l'Ancien Testament ? Quelles promesses Dieu a-t-il faites dans le Nouveau Testament ? Chaque jour de ce mois, prie en remerciant Dieu pour ses promesses et dis-lui que tu es sûr qu'il va les tenir car il les tient toujours.
- 2. Entraîne-toi à dire la prière : « Jésus, j'ai confiance en toi ! » surtout lorsque tu es triste ou que tu as peur.
- 3. Pour un chrétien, espérer ne signifie pas faire un vœu ou désirer quelque chose ; cela signifie savoir avec certitude que Dieu nous aime et nous conduira au paradis si nous le suivons. Dessine le Ciel et décris-le à tes parents.

CE2 - CM2: sainte Elisabeth Anne Seton

- 1. Apprends et récite l'Acte d'Espérance chaque jour ce mois-ci.
- 2. Nos vies sur terre ne sont qu'un voyage vers le Ciel, notre véritable patrie ; compose un poème qui évoque cela.
- 3. Souviens-toi d'un événement pénible de ta vie. Quel bien Dieu en a t-il tiré? Demande à Dieu dans la prière de lui faire confiance dans les moments difficiles : Dieu saura tirer un bien de toute chose, même de ce qui est mauvais.
- 4. Recherche une belle image du Ciel et affiche-la dans ta chambre ce mois-ci pour te rappeler que c'est notre véritable maison.
- 5. Prie chaque soir ce mois-ci, en demandant à Dieu de te parler de ta vocation : comment il t'appelle à donner ta vie pour le servir et le suivre.

Collège : saints Louis et Zélie Martin

- 1. Fais une liste de chansons qui parlent d'amour pour toujours. Est-ce que cette vie dure toujours ? A quoi tout le monde aspire-il vraiment, peut-être sans le savoir ? Trouve une chanson entrainante qui parle d'aimer Dieu au Ciel (ou qui pourrait facilement être interprétée comme telle) et choisis de la fredonner à des moments stratégiques ce mois-ci. Si quelqu'un te demande ce que tu fredonnes, explique pourquoi tu l'as choisie.
- 2. Lorsque tu te trouves face au mal ou quand le découragement te guette, combats la tendance à te replier sur toi-même. Regarde vers le haut et tourne-toi vers le Ciel et le Christ, le seul qui puisse donner de la valeur à la souffrance. Affermis ton âme dans l'espérance en disant à haute voix à un ami pourquoi cette souffrance vaut la peine d'être supportée.
- 3. Interroge des parents (les tiens ou ceux de quelqu'un d'autre) : comment ont-ils planifié l'avenir de leurs enfants ? Ont-ils prévu l'avenir éternel de leurs enfants ? Demande-leur si leurs plans ont parfois échoué ou se sont déroulés différemment de ce qu'ils avaient prévu et si faire confiance au plan de Dieu les a aidés dans ces moments-là.

PROPOSITIONS POUR OCTOBRE : activités à faire à la maison

STUDIOSITÉ : rechercher le savoir pour se rapprocher de la vérité

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1: saint Albert le Grand

- 1. Trouve quelque chose dans la nature qui est vraiment minuscule mais vraiment magnifique. Qu'est-ce que cela nous enseigne sur Dieu ? Trouve quelque chose de vraiment, vraiment grand dans la nature qui est aussi beau. Qu'est-ce que cela nous enseigne sur Dieu ?
- 2. Demande à ta mère ou à ton père pourquoi il est important d'aller à l'école et d'apprendre. Comment cela nous aide-t-il à accomplir le plan de Dieu pour nous ? Cela peut-il nous aider à aller au paradis ?
- 3. Chaque jour, pense à une chose que tu as apprise à l'école et qui t'a fait découvrir quelque chose sur Dieu. Partage-la avec tes parents. Essaie de trouver des exemples dans toutes les matières, pas seulement en catéchèse. Tu peux même utiliser des choses que tu as apprises à la recréation!

<u>CE2 – CM2</u>: saint Thomas d'Aquin

- 1. Enumère toutes les matières que tu as à l'école. Essaie d'expliquer à quelqu'un comment chaque matière te rapproche de Dieu.
- 2. Fais un effort supplémentaire ce mois-ci pour rechercher Dieu dans tout ce que tu étudies à l'école. Par exemple, si tu étudies les planètes, réfléchis à la manière dont elles glorifient Dieu. Si tu étudies des catégories de mots, pense à la merveilleuse capacité que Dieu nous a donnée avec le langage et comment il veut que nous l'utilisions. Si tu lis une histoire, réfléchis à la manière dont chaque personnage se comporte dans sa relation avec Dieu.
- 3. Développe ta curiosité d'apprendre. Quelles sont tes questions à propos de Dieu ? Fais une liste. Choisis une ou plusieurs questions sur la liste et essaie de trouver une réponse.
- 4. Étudie le dessein de Dieu dans l'univers en recherchant le nombre d'or. Recherche sur internet la vidéo « Donald au Pays des Mathémagiques » de Walt Disney, un trésor peu connu qui explique ce dessein que l'on trouve dans la nature, l'architecture, la musique et les sports.

Collège: sainte Edith Stein

- 1. Interviewe un converti au catholicisme. Comment l'apprentissage de la doctrine a-t-il influencé sa foi ?
- 2. Interviewe un fervent médecin ou scientifique catholique. Demande-lui comment la connaissance scientifique le rapproche de Dieu.
- 3. Réfléchis à plusieurs questions de foi avec un ami. Utilisez le Catéchisme de l'Église Catholique ou le YOUCAT pour rechercher les réponses. Tu peux utiliser les questions de YOUCAT Ressources : https://www.youcat.org/fr/etudeyoucat
- 4. Organise une discussion : l'entraînement de votre esprit (en mathématiques, par exemple) le rendil plus apte à recevoir des vérités sur Dieu ? Comment ? Qu'est-ce que cela nous apprend sur la façon dont nous devrions faire nos devoirs ?
- 5. Il y a une différence entre acquérir des connaissances, être submergé d'informations et perdre son temps à des recherches sans importance. Avec tes amis, donnez quelques exemples pour chacune de ces trois catégories. Ayez le courage de « jeûner » d'informations que vous n'avez pas vraiment besoin de connaître pendant quelques jours (non, le travail scolaire ne compte pas !). Faites le bilan et comparez vos expériences : vous êtes-vous senti en manque ? Purifiés ? La durée de l'expérience a-t-il un impact sur le résultat ?

PROPOSITIONS POUR NOVEMBRE : activités à faire à la maison

HUMILITÉ: reconnaître les talents reçus de Dieu et accepter ses limites

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1 : saint Jean Baptiste

- 1. Discute avec tes parents : est-ce un problème si quelqu'un n'est pas bon dans un certain domaine : sport, lecture, dessin, etc. ? Cela signifie-t-il qu'il ne doit même pas essayer de progresser ? Si tu essaies vraiment de faire de ton mieux, mais n'y arrive pas, que dois-tu faire ? Suis les conseils de tes parents ce mois-ci.
- 2. Dieu a donné différents talents et différentes limites à chacun pour que nous puissions nous aider les uns les autres. Parlez des limites et des talents de chaque membre de votre famille et de la façon dont vous pouvez vous entraider. N'oubliez pas les choses toutes simples, comme par exemple les personnes âgées qui peuvent aider les plus jeunes quand ils ne peuvent pas atteindre les choses placées en hauteur!
- 3. Tous nos talents viennent de Dieu. Quand quelqu'un te dit « merci » quand tu as utilisé l'un de tes talents, dis « avec plaisir » et dans ton cœur : « Merci, Dieu de m'avoir donné ce talent ».
- 4. Quelle est la différence entre reconnaître ses talents et se vanter ? Si tu as la mauvaise habitude de te vanter, essaie de t'en corriger ce mois-ci.

CE2 - CM2: saint Pio de Pietrelcina

- 1. Dis à tes amis et aux membres de ta famille les talents que tu admires en eux et rendez grâce à Dieu pour ces talents.
- 2. N'hésite pas à révéler et à utiliser tes talents, car ce ils ne sont pas pour toi seulement. Dieu t'a donné de très nombreux talents. Demande à tes parents et à tes amis qu'ils te disent quels talents ils voient en toi et écris une prière pour en remercier Dieu et lui demander de bien les utiliser.
- 3. Parfois, lorsque nous ne sommes pas bons à quelque chose cela nous rend mal à l'aise. Pourquoi ? Pour grandir en humilité ce mois-ci, parle avec tes parents d'une chose qui te rend mal à l'aise et de la façon dont tu peux apprendre à l'accepter.

<u>Collège</u>: sainte Thérèse de Lisieux

- 1. Pourquoi est-il important de connaître nos limites et les talents que nous avons reçus de Dieu ? Comment cela est-il lié à la vertu d'espérance ? Est-il vrai que « quand on veut, on peut » ? Choisissez votre camp et discutez de la question avec des amis. Pourquoi y a-t-il autant de films centrés sur ce thème ? Existe-t-il une différence entre surmonter les difficultés et ignorer les limites que Dieu nous a imposées ? Si oui, quelle est la différence ?
- 2. Chaque personne est petite par rapport à l'univers créé par Dieu et pourtant chaque personne est extrêmement importante pour Dieu. Écris un poème ou fais un dessin pour l'illustrer.
- 3. Parfois, nous nous vantons de ce que nous connaissons, de ce que nous avons ou de ce que nous faisons pour essayer de nous sentir importants. Essaie de trouver un personnage dans un livre ou un film qui fait cela. Admires-tu cette personne ? Penses-tu qu'elle soit plus importante en raison de ses connaissances, de ses richesses ou de ses actions ? Qu'est-ce qui rend une personne vraiment importante ou digne d'éloges ? Évite de te vanter ce mois-ci.
- 4. Avec tes amis ou tes camarades de classe, donnez à chacun un papier portant le nom de chaque personne et demandez-leur d'écrire un don ou un talent qu'ils reconnaissent dans cette personne.
- 5. Parle avec des amis des domaines où vous manquez de talent et riez-en ensemble.

PROPOSITIONS POUR DÉCEMBRE : activités à faire à la maison

PATIENCE: attendre ou supporter sans se plaindre

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1 : sainte Monique

- 1. Ne te plains pas quand tu dois attendre ce mois-ci. Si tu oublies, dis « Pardon, Seigneur. S'il te plaît donne-moi de la patience! »
- 2. Lorsque tu reçois un cadeau ou une friandise ce mois-ci, attends au moins quelques minutes avant de la manger ou de l'ouvrir (à moins que tes parents ou ta maitresse ne te dise que tu peux l'avoir tout de suite). Combien de temps peux-tu attendre ? Offre ton attente en sacrifice à Dieu. Offre-le pour quel-qu'un qui a besoin de tes prières.
- 3. Au cours de ce mois, lorsque chacun doit attendre son tour, en classe ou a la maison, propose de passer en dernier.

<u>CE2 - CM2</u>: saint Isaac Jogues

- 1. Fais la liste des choses qui sont plus rapides aujourd'hui qu'il y a quelques décennies ou quelques siècles. Ce mois-ci, lorsque tu t'impatientes parce que quelque chose prend trop de temps, souviens-toi de ta liste et prie pour demander de la patience.
- 2. Sois patient envers toi-même. Si tu ne réussis pas du premier coup, reste calme et essaie de nouveau.
- 3. Lorsque tu dois attendre, prie une dizaine de chapelet pour quelqu'un de ton entourage qui a besoin de prières.
- 4. Combien de temps es-tu capable d'attendre quelque chose ? Choisis quelque chose que tu désires (mais pas quelque chose dont tu as vraiment besoin tout de suite) et relève le défi d'attendre un jour ou une semaine avant de l'obtenir.

Collège: sainte Rita de Cascia

- 1. Enumère des éléments de notre société qui suscitent l'impatience, des choses que les gens veulent instantanément. Trouve un moyen révolutionnaire de transformer l'une de ces choses en moyen de développer ta patience plutôt que de la perdre.
- 2. Nous nous énervons et nous nous plaignons lorsque nous pensons que quelque chose est déraisonnable ou inférieur à ce que nous méritons. Comment ces deux points de vue sont-ils liés à l'espérance et à l'humilité ? Pense à quelque chose dont tu te plains souvent et discute avec un ami de la façon dont l'espérance ou l'humilité peuvent t'aider à devenir patient ce mois-ci.
- 3. Notre patience se mesure à la manière dont nous réagissons aux défauts des autres ou aux nôtres. Comment la patience est-elle liée à la vertu d'humilité et au pardon ? Ecris une courte prière à utiliser ce mois-ci en demandant à Dieu de la patience et inclus l'une ou l'autre de ces vertus ou les deux.
- 4. La vertu de patience nous aide à supporter la souffrance, la nôtre ou celle de ceux que nous aimons. La souffrance de Christ est appelée sa « passion », un mot qui vient de la même racine que le mot patience. Lis un des récits de la Passion du Christ à la fin de l'un des quatre évangiles. Avec tes amis, cherchez pourquoi le Christ était si patient. Demandez-lui de vous aider à suivre son exemple.

PROPOSITIONS POUR JANVIER: activités à faire à la maison

FIDÉLITÉ : être fidèle à ses promesses et à ses engagements

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1 : sainte Cécile

- 1. Prends une résolution de nouvelle année et essaie de la tenir. Choisis quelque chose de petit ; si tu choisis quelque chose de trop grand, il sera trop difficile de tenir ta promesse. Si tu manques à ta promesse, prie pour demander la fidélité et essaie de nouveau.
- 2. Fais-tu confiance à quelqu'un qui ne tient pas ses promesses ? Ne promets pas si tu sais que tu n'es pas capable de tenir ta promesse. Promets à tes parents de ne pas faire quelque chose pendant une journée ou une semaine. Fais de ton mieux, mais souviens-toi qu'ils t'aiment et qu'ils te pardonneront si tu fais une erreur. Pourtant, ils veulent que tu fasses de ton mieux.

<u>CE2 – CM2</u>: bienheureux Louis & Marie Beltrame Quattrocchi

- 1. A ton baptême, tes parents ont fait des promesses pour toi. Quelles sont-elles ? Recherche ce que sont les « promesses du baptême » et utilise-les comme examen de conscience ce mois-ci.
- 2. Qu'est-ce qu'une alliance ? Combien d'alliances peux-tu trouver dans le livre de la Genèse ? Parcours le livre de la Genèse et lis les titres de chaque section. Est-ce que le Seigneur rompt une alliance ? Quelles personnes de la Genèse respectent l'alliance de Dieu ? Qu'est-ce que la « nouvelle alliance » et comment peux-tu y être fidèle ce mois-ci?
- 3. Pourquoi dit-on que « les paroles s'envolent » ? Réfléchis et écris un poème, une chanson ou une promesse qui aura pour titre : « Tu as dit que tu le ferais ; fais-le ».

Collège: sainte Jeanne Beretta Molla

- 1. Y a t-il un engagement associé au sacrement de confirmation ? Recherche en quoi il consiste et choisis une façon de t'exercer ce mois-ci afin de devenir capable de prendre cet engagement.
- 2. Trouve un prêtre, une religieuse ou un couple marié qui a célébré le 50e anniversaire de son engagement dans le mariage, le sacerdoce ou la vie religieuse. Au cours d'un entretien, demande-lui à quoi il s'est engagé en faisant ces vœux. Qu'a t-il promis à Dieu ou à son époux ? Discute avec un ami : en fonction de votre âge et de votre situation de vie, à quoi pouvez-vous vous engager pour être fidèles aux promesses de votre baptême ?
- 3. Ce mois-ci, prie pour ton futur époux et demande à Dieu de te fortifier dans la vertu de fidélité, quel que soit l'engagement auquel Il va t'appeler : pense qu'Il pourrait Lui-même être l'Epoux !
- 4. Discutez de l'engagement dans notre société aujourd'hui. Quels sont les engagements possibles ? Pourquoi la vertu de fidélité est-elle importante ? Pense à un moyen révolutionnaire de pratiquer ou de promouvoir la fidélité aux engagements ce mois-ci.

PROPOSITIONS POUR FÉVRIER : activités à faire à la maison

JOIE : voir le bon côté des choses

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1 : saint Jean Bosco

- 1. Compte combien de fois tu peux faire sourire quelqu'un chaque jour. Fais une liste de moyens appropriés pour faire sourire les gens.
- 2. Explique l'expression « même le plus noir nuage a toujours sa frange d'or ». Lorsque tu as quelque chose de difficile à faire ou quelque chose que tu n'aimes pas, mets cette expression en pratique, en cherchant tout ce qu'il y a de positif dans cette situation.
- 3. C'est vrai que les visages qui font la grimace ne sont pas beaux. Tes parents peuvent placer un miroir en face de toi et te montrer la différence entre quand tu fais un sourire et quand tu fais la tête pour te prouver que tu es beaucoup plus beau quand tu es heureux. Vous pouvez convenir d'un signal, pour te faire remarquer quand tu fronces les sourcils, par exemple, en se touchant le coin de la bouche.
- 4. Les parents choisiront un jour de la semaine qui sera une « journée sans plaintes » à la maison et à l'école. Ils n'auront pas le droit de se plaindre, non plus! Après cette expérience, échangez sur l'effet que cela peut avoir sur le bonheur de la famille.

<u>CE2 – CM2</u> : saint Philippe Néri

- 1. Apprends quelques plaisanteries de bon goût et partage-les autour de toi.
- 2. Réfléchis au fait que certains voient « le verre à moitié plein » et d'autres « le verre à moitié vide ». Quels sont les avantages de voir la moitié pleine ? Entraîne-toi à faire remarquer les aspects positifs dans les situations difficiles et explique comment cette pratique peut modifier tes expériences.
- 3. Faites un jeu en famille ou regardez un film divertissant ensemble.
- 4. Fredonne en travaillant : choisis une tâche que tu n'apprécies pas et que tu redoutes, branche une musique entraînante avec un CD ou la radio et chante pendant que tu travailles.
- 5. Au cours de ce mois, distribue des encouragements : chaque fois que tu entends quelqu'un se plaindre, manifeste-lui ton soutien, puis fais remarquer ce qui est positif et comment il pourrait se servir de la situation pour en tirer profit.
- 6. Regarde le film « Annie » de John Huston (qui reprend la célèbre comédie musicale de Broadway) et cherche comment une attitude positive peut affecter ta vie. Repère quelque chose qui pourrait te tirer vers le bas, mais choisis de le considérer de manière positive au cours de ce mois .

Collège: bienheureux Miguel Pro

- 1. Discute des activités de loisir de votre famille. Vous permettent-elle de vous détendre, de vous reposer et de vous divertir vraiment ou provoquent-elles des tensions, un stress supplémentaire et de l'agitation?
- 2. La plupart des adolescents ont besoin de se sentir reconnus et d'être approuvés par leurs pairs. Quand tu remarques qu'un camarade se dévalorise, montre lui le vrai bien que tu vois en lui, y compris les qualités de son caractère.
- 3. Renseigne-toi sur les signes de dépression chez les adolescents. Ecouter certains types de musique et suivre certaines modes vestimentaires peuvent être l'indice d'un début de dépression. Comment la société fait-elle la promotion de certains comportements dépressifs ? A partir de quel moment un véritable ami doit-il alerter un adulte quand il soupçonne qu'il y a un problème ?
- 4. Écoutez ensemble des vieilles chansons et discutez sur les tendances culturelles à l'égard du bonheur ou de la tristesse. Quelles en sont les racines ? Quels sont les effets ? Quelle conclusion pouvez-vous en tirer ?
- 5. En toute circonstance, entraîne-toi à voir le côté positif. Même quand quelque chose se passe mal, prie et demande à Dieu de t'aider à voir le bien qu'Il peut en tirer. Par exemple, une mauvaise note pourrait te motiver à étudier davantage, une maladie t'offrir un temps privilégié avec ta famille ou un malentendu temporaire avec un ami te donner une chance de faire la connaissance de quelqu'un d'autre. Essaie de remercier Dieu pour tout, même pour ce qui te semble mauvais. Cherche le bon côté!

PROPOSITIONS POUR MARS: activités à faire à la maison

TEMPÉRANCE : profiter des bonnes choses de manière juste et équilibrée (Pour les Maternelles : prendre la juste quantité de ce qui est bon)

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1 : sainte Thérèse d' Avila

- 1. Parents, parlez de l'alimentation. Que l'enfant sache repérer un repas équilibré et des portions raisonnables. Identifiez ensemble les repas déséquilibrés et des portions démesurées. Pourquoi l'alimentation est-elle importante ?
- 2. Entraîne-toi à ne pas monopoliser l'attention : quand tu parles avec des gens ce mois-ci, assure-toi qu'ils ont autant de temps pour parler que toi. Certaines personnes sont réservées et cela les aidera si tu leur poses des questions (sans devenir indiscret!).
- 3. En famille, essayez de ne regarder la télévision que le week-end. Comment cela change-t-il les habitudes familiales et vos relations ? Echange avec tes parents.
- 4. Parents, parlez de la santé et établissez vos propres exigences, comme « tu ne peux pas prendre plus de... » ou « tu pourras manger lorsque tu auras fini ... ».

CE2 - CM2 : saint Camille de Lellis

- 1. Parle des jeux vidéo avec tes parents. Quelle est la différence entre passer un bon moment et être accro ? Qu'est-ce qui se passe si quelqu'un passe trop de temps sur les jeux vidéo ? Essaie de te limiter un peu ce mois-ci. Discutez ensuite pour savoir si cela a été facile ou difficile.
- 2. Essaie de réduire ta consommation de bonbons d'un tiers, ce mois-ci.
- 3. Explique comment tu utilises ton temps. Y a-t-il un équilibre entre la prière, le repos, le travail et la détente ? Y a-t-il une activité qui te prend trop de temps et d'énergie ? Y a-t-il des activités agréables qui méritent que tu leur consacres davantage de temps ? Prends une résolution qui t'aidera à équilibrer ton emploi du temps, ce mois-ci.
- 4. Essaie de ne manger des bonbons que le dimanche.
- 5. Repère une activité à laquelle tu consacres trop de temps. Essaie de voir combien de jours tu arrives à t'en passer.

<u>Collège</u>: vénérable Matt Talbot

- 1. Parle des dépendances avec un adulte : alcool, tabac, drogues, nourriture, pornographie, etc. Quelles sont les causes de la toxicomanie ? Comment peux-tu aider quelqu'un qui a une dépendance ? Peut-on devenir dépendant de la caféine ou du sucre ? Réfléchis aussi à un excès de SMS, de musique ou de portable ? Fais l'expérience de réduire ta consommation ce mois-ci.
- 2. Discute avec tes parents des troubles de l'alimentation. A quoi sont-ils dus ? Comment peux-tu aider quelqu'un qui souffre de troubles de l'alimentation ? A partir de quand dois-tu signaler un problème ? Quelles sont tes propres habitudes alimentaires : as-tu tendance à manger trop ou trop peu ? Au cours de ce mois, commence à corriger les déséquilibres que tu as repérés.
- 3. Explique comment tu utilises ton temps. Y a-t-il un équilibre entre la prière, le repos, le travail et la détente ? Y a-t-il une activité qui te prend trop de temps et d'énergie ? Y a-t-il des activités agréables qui méritent que tu leur consacres davantage de temps ? Prends une résolution qui t'aidera à équilibrer ton emploi du temps, ce mois-ci.

PROPOSITIONS POUR AVRIL: activités à faire à la maison

OBÉISSANCE : dire « oui » avec amour à la volonté de Dieu et de ceux à qui Il nous a confiés

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: Notre Dame

- 1. Fais la liste des personnes à qui tu dois obéir. Choisis l'une de ces personnes et applique-toi à mieux leur obéir ce mois-ci.
- 2. Ecoute bien les consignes de la maîtresse, ce mois-ci. Fais-y bien attention et essaie de faire tout de suite ce qu'elle te demande.
- 3. Parfois, notre égoïsme ou notre mauvaise humeur nous empêchent d'obéir. Fais la liste des personnes à qui tu dois obéir et essaie de ne jamais leur dire « non » au cours de ce mois.

CE2 - CM2: saint Juan Diego

- 1. Mémorise les Dix Commandements d'une manière créative que tu peux partager avec ta classe.
- 2. Quelles sont les règles de vie de la classe et de l'école ? Choisis celle que tu trouves la plus difficile et exerce-toi à la suivre plus attentivement ce mois-ci.
- 3. Joue à l'un de tes jeux préférés en laissant de côté une règle importante. Qu'est-ce qui se passe ? Laisser de côté certaines règles peut rendre le jeu plus amusant, mais est-ce vrai pour toutes les règles ? Quelles sont celles qui sont essentielles pour faire fonctionner le jeu ? Fixe-toi comme objectif, ce mois-ci, de suivre les règles de tous vos jeux sans discuter.

<u>Collège</u>: sainte Françoise Xavier Cabrini

- 1. Parfois, nous disons que nous allons faire quelque chose et puis nous oublions. Entraîne-toi à faire ces choses tout de suite ce mois-ci ou trouve un moyen de t'en souvenir (par exemple, fais-toi un pense-bête et mets-le sur la porte de ta chambre pour le voir dès que tu rentres ou si tu ne peux pas laver la douche tout de suite quand ta Mère te le demande, mets le détergent sur ta table de nuit pour te rappeler de le faire avant d'aller au lit.
- 2. L'obéissance inclut les choses que tes parents, tes enseignants, etc. veulent que tu fasses, même s'ils ne le disent pas. Une personne qui excelle dans la vertu d'obéissance est capable de déterminer ce qui est recherché ou nécessaire avant même que cela soit demandé. Ce mois-ci, surprends tes parents et tes professeurs en essayant de comprendre ce qu'ils veulent ou ce dont ils ont besoin et de le faire avant qu'ils ne te le demandent.
- 3. Souvent on discute ou on désobéit parce qu'on pense qu'une règle est déraisonnable. Choisis une règle de ce genre qui est difficile pour toi et cherche la raison pour laquelle elle a pu être mise en place. Est-ce pour protéger les droits de quelqu'un d'autre? Le bien commun? Si tu ne trouves pas, demande à un adulte responsable de t'aider à comprendre la règle. Montre que tu es suffisamment mûr pour t'y soumettre ce mois-ci, même si tu ne l'aimes pas. Fais-en un sacrifice à offrir à Dieu pour quelqu'un qui a vraiment besoin de tes prières.

PROPOSITIONS POUR MAI : activités à faire à la maison

DILIGENCE : faire de son mieux et persévérer jusqu'au bout

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: saint André Bessette

- 1. Entraîne-toi à terminer tes puzzles ou les autres jeux, ce mois-ci. Ne te décourage pas en cours de route!
- 2. Fais-toi un calendrier pour les dernières semaines avant la fin de l'année. La première semaine, dessine-toi un smiley pour chaque jour où tu auras fait de ton mieux. La deuxième semaine donne-toi deux smileys les jours où tu as bien travaillé, trois la troisième semaine et ainsi de suite, car cela devient de plus en plus difficile! A ton avis, combien de smileys peux-tu gagner? Fixe-toi un objectif et essaie de l'atteindre.
- 3. Choisis un service que tu fais à la maison et cherche comment tu pourrais le faire encore mieux. Par exemple, après avoir rangé ta chambre, tu pourrais passer l'aspirateur ou après avoir donné à manger au chien, remets tout à sa place. Entraîne-toi à tout terminer en beauté, ce mois-ci.
- 4. Regarde le film d'animation « Le Petit Train Bleu » (https://www.youtube.com/watch? v=MmO4VHtiiO0). Comment peux-tu imiter Mini Loco au cours de ce mois ?

<u>CE2 – CM2</u>: saint François de Sales

- 1. Comment réagirais-tu si ta mère lavait tes vêtements mais ne les faisait pas sécher ? Ou si ton père préparait la viande pour le barbecue mais ne la faisait pas cuire ? Repère la dernière étape de quelques-unes de tes tâches quotidiennes et entraîne-toi à bien faire cette dernière étape au cours de ce mois.
- 2. Rappelons-nous que nous pouvons tout faire comme un cadeau à offrir à Dieu ; ainsi nous ferons tout de notre mieux. Ce mois-ci, dit une courte prière dans ton cœur (par exemple « tout pour Toi, Jésus! ») avant d'entreprendre chaque tâche.
- 3. Si tu te sens prêt à abandonner une de tes tâches ou tes devoirs, demande à faire une pause et fais un tour en courant autour du bâtiment. Puis reviens et termine ton travail.
- 4. Transforme toutes tes tâches en jeu ce mois-ci : avant de commencer, fixe-toi un temps record que tu souhaites battre. Mais ne bâcle pas ton travail!

Collège : sainte Catherine de Sienne

- 1. Explique comment la diligence (ou application) est liée à la vertu d'espérance. Lorsque tu es tenté de baisser les bras ou de faire un travail bâclé ce mois-ci, prie l'Acte d'Espérance ou inscris le mot «espérance» dans tes notes pour te rappeler ton objectif et la raison pour laquelle tu veux faire de ton mieux.
- 2. Pense à quelque chose que tu aimes faire et réserve-le comme «récompense» que tu feras seulement quand tu auras terminé une autre tâche moins agréable, mais nécessaire.
- 3. Crée ta propre devise ou ton cri de combat et utilise-le ce mois-ci pour te motiver chaque fois que tu seras tenté d'abandonner.

Année de la Charité

INTRODUCTION POUR L'ANNÉE DE LA CHARITÉ

- « Bien-aimés, aimons-nous les uns les autres, puisque l'amour vient de Dieu. Celui qui aime est né de Dieu et connaît Dieu. Celui qui n'aime pas n'a pas connu Dieu, car Dieu est amour. » (1 Jean 4, 7-8)
- « L'amour prend patience ; l'amour rend service . . . Ce qui demeure aujourd'hui, c'est la foi, l'espérance et la charité ; mais la plus grande des trois, c'est la charité. » (1 Cor 13, 4.13)
- « Maître, dans la Loi, quel est le grand commandement ? » Jésus répondit : « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de tout ton esprit. Voilà le grand, le premier commandement. Et le second lui est semblable : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. De ces deux commandements dépend toute la Loi, ainsi que les Prophètes. » (Mt 22, 35-40)
- Si quelqu'un dit : « J'aime Dieu », alors qu'il a de la haine contre son frère, c'est un menteur. En effet, celui qui n'aime pas son frère, qu'il voit, est incapable d'aimer Dieu, qu'il ne voit pas. (1 Jean 4, 20)
- « Dès le premier jour de son entrée dans une école catholique, l'élève doit avoir l'impression de se trouver dans un milieu nouveau, illuminé de la lumière de la foi, . . . imprégné de l'esprit évangélique de charité et de liberté. » (Congrégation pour l'Éducation catholique, *Dimension religieuse de l'éducation dans l'école catholique*, 25)
- « . . . Considérons enfin les saints, ceux qui ont exercé de manière exemplaire la charité. Les saints sont les vrais porteurs de lumière dans l'histoire, parce qu'ils sont des hommes et des femmes de foi, d'espérance et d'amour. » (Pape Benoît XVI , *Deus Caritas Est, #40*)



La vertu théologale de charité nous est communiquée par le baptême. Elle nous permet d'aimer Dieu de tout notre cœur, de toute notre intelligence et de toute notre force et d'aimer notre prochain comme nous-mêmes. Comme pour toutes les autres vertus, c'est en pratiquant la charité que nous pouvons la faire croître. Saint Paul nous rappelle que quelle que soit la grandeur ou la gloire de nos actions, si nous manquons de charité, ces bonnes actions sont sans valeur, tandis que saint Jean nous dit que le véritable critère permettant d'évaluer notre amour pour Dieu est la façon dont nous traitons notre prochain.

Le harcèlement à l'école suscite aujourd'hui une inquiétude croissante. La cruauté entre élèves est particulièrement préoccupante dans le cadre de l'école catholique où tous sont appelés à s'aimer les uns les autres à l'imitation du Christ. De nombreuses écoles ont réagi au problème du harcèlement en mettant en place des programmes de prévention. Mais ces programmes mettent souvent l'accent exclusivement sur le comportement négatif des élèves, au lieu de se soucier de développer les comportements attendus. De même, en se concentrant sur les comportements négatifs, on risque de donner des jeunes une image qui n'est pas nécessairement exacte. Aimer et Pratiquer les Vertus évite d'étiqueter les enfants et se concentre plutôt sur les comportements, en particulier sur les vertus, en partant du principe que la formation morale est le premier moyen de prévenir le problème du harcèlement.

Dans Aimer et Pratiquer les Vertus, l'année de la charité a pour objectif de cultiver l'amour de Dieu et du prochain. L'Écriture et la tradition nous montrent comment protéger les faibles (vertu de fortitude) et comment respecter chaque personne. S'inspirant des études contemporaines, les leçons de Aimer et Pratiquer les Vertus proposent des jeux de rôle, la pratique de la communication consciente, des exercices d'affirmation de soi (force d'âme et prudence), l'apprentissage du signalement des comportements malsains (vertu de pureté), l'identification des comportements (dans le cadre de l'amitié) et d'autres savoir-faire utiles à la vie en société qui sont aussi enseignés dans le cadre des programmes laïques de prévention du harcèlement.

Contrairement à ce que le mot «charité » évoque habituellement, *Aimer et Pratiquer les Vertus* ne se limite pas pour cette année à organiser des activités de service, de collecte de nourriture ou d'autres initiatives de promotion de la justice sociale. Pendant l'année de la charité, nous ne nous focaliserons pas sur l'amour des gens à l'autre bout du monde, mais sur l'amour de ceux qui sont à côté de nous—ce qui est généralement plus difficile! Au cours de l'année de la charité, une enquête sur l'amour du prochain pourra être menée pour mesurer la qualité des relations entre les élèves. Des groupes de discussion réunissant des parents volontaires, des élèves et de enseignants pourront être organisés pour identifier les problèmes et examiner les moyens de créer une culture de la charité à l'école. Des intervenants pourront être invités à s'adresser aux élèves. Des programmes de jumelage, de médiation entre pairs ou des programmes invitant des élèves plus âgés à présenter des sujets à des élèves plus jeunes pourront être mis en place.

Nous avons besoin de la grâce divine pour faire croître la charité, et le meilleur moyen pour aider les enfants à l'apprendre est de leur fournir de bons exemples : premièrement, en apprenant à mieux connaître et à aimer le Dieu qui est Amour et ensuite en offrant le modèle de parents et d'enseignants qui donnent l'exemple d'une vie de charité. Ensemble, efforçons-nous d'aimer notre prochain en ne parlant des autres qu'avec bienveillance, surtout en présence des enfants.

Reconnaissant que des comportements agressifs relèvent, à bien des égards, d'un problème spirituel enraciné dans notre culture, les membres de la communauté éducative sont fortement encouragés à se réunir pour prier ensemble pour soutenir tous les efforts de l'école visant à approfondir la vertu de la charité. Les grâces de cette prière sont nécessaires pour ouvrir les cœurs, pour protéger les responsables et pour implorer une guérison que seul le Seigneur peut offrir. Montrons surtout aux enfants que Dieu occupe la première place dans notre vie, en cultivant nos propres habitudes de prière quotidienne, en participant à la messe dominicale et en éliminant tous les obstacles dans notre relation à Dieu.

Charité

VERTUS POUR L'ANNÉE DE LA CHARITÉ

Septembre :	41
Octobre :	42
Novembre : COURTOISIE : faire attention aux autres	43
Décembre : PURETÉ : préserver son âme du péché	44
Janvier : FORTITUDE : être courageux et fort dans les épreuves	45
Février :PRUDENCE : prendre la bonne décision dans chaque circonstance	47
Mars : RESPECT : reconnaître la dignité de chaque personne	48
Avril : PARDON : ne pas tenir rigueur de la faute commise	49
Mai : RESPONSABILITÉ : être digne de confiance et bien réaliser les tâches confiées	50

PROPOSITIONS POUR SEPTEMBRE : activités à faire à la maison

CHARITÉ : aimer Dieu de tout son cœur, de tout son esprit et de toute sa force et son prochain comme soi-même

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: sainte Gertrude

- 1. Avec tes parents, prépare-toi à faire des petits actes de gentillesse en secret. Essaie d'en faire un chaque jour à la maison ou à l'école. N'en parle qu'à tes parents (sauf si c'est pour eux, bien sûr !).
- 2. Répète la phrase «Jésus, je t'aime !» à voix basse ou dans ton cœur tout au long de la journée. Choisis un signal pour te le rappeler, par exemple chaque fois que tu entends une sonnerie (pour changer de classe à l'école, le téléphone à la maison), chaque fois que tu passes par une porte ou chaque fois que tu t'assieds ou que tu te lèves.
- 3. Exerce-toi à sacrifier quelque chose pour les autres. Renonce à une friandise ou fais une bonne action, puis ferme les yeux et prie «Jésus, je t'aime et j'aime (nom) pour toi».
- 4. Exerce-toi à diriger la prière à la maison (avant les repas, au coucher, etc.). Garde tes chaussures sous ton lit pour te rappeler de te mettre à genoux et de prier avant de te coucher et au réveil.

CE2 - CM2: saint Vincent de Paul

- 1. Sois le premier de ta famille à être prêt pour la messe chaque dimanche de ce mois.
- 2. Chaque soir, demande aux autres membres de la famille comment s'est passée leur journée.
- 3. Range ton placard et fais don de quelques objets à des associations caritatives.
- 4. Engage-toi à offrir un sacrifice à Dieu chaque jour. Demande à tes parents de t'aider à tenir ton engagement.

Collège: vénérable Laura Vicuna

- 1. Réfléchis à tes priorités : Dieu est-il vraiment premier dans ta vie ? D'autres personnes ou activités font-elles obstacle à ta relation avec lui ? Si oui, que peux-tu faire pour rétablir les priorités ?
- 2. Fixe-toi un moment régulier pour t'arrêter et faire une visite brève au Saint-Sacrement au cours de ce mois.
- 3. Pense à la personne que tu aimes le moins dans ta classe. Ne dis pas qui c'est, car cela porterait atteinte à la charité! Engage-toi à prier pour cette personne tous les soirs, en la nommant. Demande au Seigneur de t'aider à aimer cette personne et à reconnaître Dieu présent en elle. Note si quelque chose se passe dans ta relation avec cette personne, ou même dans la façon dont tu penses à elle, au cours du mois.
- 4. Avec tes amis, choisis trois personnes de l'école qui ne mangent pas à votre table à midi. Apprends à les connaître ce mois-ci, même si cela signifie que certains d'entre vous doivent manger ailleurs à tour de rôle. Si tu es vraiment courageux, essaie de faire connaissance avec des personnes que tu as du mal à aimer. Souvent, tu seras surpris de découvrir tout ce que vous avez en commun et, en les connaissant mieux, tu t'entendras mieux avec eux.
- 5. Propose à tes amis de devenir des anges gardiens pour les repas ou pendant la récréation. Fixezvous comme but de vous occuper de tous ceux que vous voyez être laissés de côté. Faites-le par amour pour Dieu (« ce que vous avez fait pour eux... vous l'avez fait pour moi »).
- 6. Avec un ami, engagez-vous à vous intéresser davantage à vos frères et sœurs et à vos parents à la maison, au cours de ce mois. Quels objectifs spécifiques pouvez-vous vous fixer ? Faites le point sur vos progrès en étant honnêtes l'un envers l'autre.

PROPOSITIONS POUR OCTOBRE : activités à faire à la maison

AMITIÉ : amour réciproque qui cherche le bien de l'autre

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u> : saint Benoît et sainte Scholastique

- 1. Entraîne-toi à partager tes amis. Dis à quelqu'un qu'il est vraiment amusant de jouer avec ton ami et invite-le à se joindre à vous.
- 2. Imites-tu parfois les choses mauvaises que font tes amis ? Débarrasse-toi de cette habitude et aide tes amis à adopter la bonne habitude qui est l'inverse. Les vrais amis imitent seulement les bonnes habitudes de leurs amis.
- 3. Essaie de te faire de nouveaux amis. Commence par sourire à l'autre personne et demande-lui ce qu'elle aimerait faire.
- 4. Que fais-tu quand certains de tes amis sont désagréables avec toi ? Entraîne-toi à leur dire gentiment « Je n'aime pas quand tu fais ça » et « Arrête, s'il te plaît. »

<u>CE2 – CM2</u>: saints Basile et Grégoire

- 1. Qui sont tes amis les plus proches ? Quelles sont leurs qualités et leurs points forts ? Ce mois-ci, efforce-toi de dire à tes amis quelles sont les qualités que tu admires le plus en eux. C'est une excellente façon de les encourager à faire de nouveaux progrès.
- 2. Au cours de ce mois, chaque soir, prie pour tes amis en mentionnant leur nom.
- 3. Qui sont tes amis ? Parlez-vous ensemble de choses importantes et vous soutenez-vous pour faire ce qui est bien. Essayez de faire cela une fois par semaine.
- 4. Quand t'arrive-t-il de discuter avec des élèves qui ne mangent pas à ta table à midi ? Fixe-toi un nombre de fois où tu feras cela pour chaque semaine de ce mois.

Collège: bienheureux Pier Giorgio Frassati

- 1. Discute de tes amitiés. Tes amis t'aident-ils à être vraiment toi-même ou penses-tu que tu doives agir différemment quand tu es avec eux ? De vrais amis t'aiment pour qui tu es. Ce mois-ci, observe qui, parmi tes amis, t'encourage à être le plus toi-même, même si parfois vous n'êtes pas d'accord.
- 2. Accepterais-tu d'agir de manière malhonnête pour garder tes amis ? Ce mois-ci, vérifie que tes amis sont habituellement bienveillants les uns envers les autres. Comment tes amis parlent-ils de quelqu'un lorsqu'il est absent ? Essaie de placer la barre plus haut.
- 3. À quelle fréquence demandes-tu ou donnes-tu des conseils à tes amis ? Ce mois-ci, note la fréquence à laquelle vous échangez des conseils et si ces conseils sont fondés sur la foi et sur des valeurs solides.
- 4. As-tu le sentiment de ne pas avoir d'amis dans ta classe ? Discute de ce que tu as en commun avec les différents jeunes de ta classe. Les connais-tu vraiment ? Si tu penses vraiment que vous n'avez pas grand chose en commun, y a-t-il un club, un groupe ou une équipe que tu pourrais intégrer ? Quels sont tes centres d'intérêt ?
- 5. Invite un ami à passer la nuit du samedi chez toi et à se joindre à vous pour la messe du dimanche matin. Discutez de l'homélie et de la façon dont vous pouvez vous aider mutuellement à grandir en sainteté.

PROPOSITIONS POUR NOVEMBRE : activités à faire à la maison

COURTOISIE: faire attention aux autres

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: saint Martin de Porres

- 1. Choisis plusieurs phrases qui montrent que tu es courtois et entraîne-toi à les utiliser ce mois-ci :
- Quand on rencontre quelqu'un, on dit : « Bonjour ».
- Quand on demande quelque chose à quelqu'un, on ajoute « s'il vous plaît ou « s'il te plaît ».
- Pour remercier quelqu'un, on utilise « Merci. beaucoup ».
- Pour répondre aux remerciements, on utilise « Je vous en prie » ou « Avec plaisir ».
- Pour formuler une demande polie, on commence par « Pourriez-vous...? » ou « Pourrais-tu...? ».
- Si on a commis une erreur, on utilise « Pardon » ou « Excusez-moi ».
- 2. Entraîne-toi à regarder les gens quand tu leur parles et à écouter ce qu'ils te disent.
- 3. Lorsque tu as besoin de demander quelque chose, entraîne-toi à interrompre poliment une conversation. Tiens-toi proche de ceux à qui tu veux parler et attends. Si la personne ne te dis rien, dis doucement « excusez-moi », puis recule et attends qu'elle te réponde (sauf en cas d'urgence !).
- 4. Fais une liste de choses ou d'espaces qui sont partagés par tous les membres de ta famille. Réfléchis avec tes parents à comment les laisser en ordre en pensant aux personnes qui vont les utiliser après toi.

<u>CE2 – CM2</u>: bienheureux Solanus Casey

- 1. Entraîne-toi à te proposer fréquemment pour aider tes parents et tes enseignants et n'oublie pas de dire « merci » lorsqu'ils font quelque chose pour toi.
- 2. Entraîne-toi à être à l'heure ou un peu en avance pour les rendez-vous par courtoisie envers les autres.
- 3. Choisis trois règles du savoir-vivre à table que tu vas pratiquer ce mois-ci.
- 4. Décide d'un repas où tu vas mettre le couvert et dresser la table en respectant les règles.
- 5. Discute avec tes parents de ce que tu dois dire lorsque tu réponds au téléphone et comment prendre un message. Entraîne-toi à répondre au téléphone ce mois-ci, même si d'autres sont à la maison.

Collège : vénérable Pierre Toussaint

- 1. Partage tes opinions sur la courtoisie. Est-ce une chose du passé ? Qu'est-ce qui rend certaines personnes vraiment courtoises ? Est-il possible d'être trop courtois, ou courtois d'une mauvaise façon ou pour une mauvaise raison ? Pourquoi la courtoisie est-elle différente envers les hommes et envers les femmes ? Cherche comment tu peux mettre tes opinions en pratique.
- 2. Interviewe un ami ou un parent âgé. Demande-lui quels éléments de courtoisie ont été oubliés dans la société d'aujourd'hui, à son avis. Choisis-en quelques-uns à pratiquer ce mois-ci.
- 3. As-tu remarqué une différence entre la façon dont tu communiques par SMS et comment tu communiques en présence de la personne ? Es-tu respectueux de la dignité de chaque personne, dans chaque cas ? Pour quels types de conversation est-il préférable de parler à la personne de vive voix ? Quelles conversations sont à éviter dans tous les cas ? Fais la liste des manières positives et négatives de communiquer sur Internet et prends la décision de t'améliorer. Pratique pendant le mois.
- 4. Avec un ou plusieurs amis, recherche un code de chevalerie. Efforce-toi de trouver une attitude qui s'applique aujourd'hui. Écris un code de courtoisie idéal pour un homme ou une femme d'aujourd'hui. Choisis au moins un élément de courtoisie sur lequel te concentrer ce mois-ci.

PROPOSITIONS POUR DÉCEMBRE : activités à faire à la maison

PURETÉ: préserver son âme du péché

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: saint Dominique Savio

- 1. Essaie de trouver des moyens de stopper une dispute avant qu'elle ne commence.
- 2. Parle du péché avec tes parents et explique pourquoi tu veux l'éviter. Priez ensemble et dis à Dieu combien tu l'aimes et demande-lui de ne jamais te permettre de te détourner de lui! Mais souviens-toi que Dieu nous pardonne toujours.
- 3. Entraîne-toi à fermer rapidement les yeux et à prier « Jésus, aide-moi ! » lorsque tu as envie de dire un mensonge, de te mettre en colère ou de faire quelque chose de mal. Entraîne toi à utiliser cette prière dans des situations de tentation.
- 4. Parle avec tes parents de ce que tu dois dire aux adultes, comme à ta maitresse, pour aider quelqu'un qui est en danger ou qui peut se faire mal. Mais apprends aussi à ne pas rapporter. Rapporter c'est dire quelque chose de quelqu'un seulement pour qu'il se fasse punir. Donne des exemples de ce qu'il faut dire et de ce qu'il ne faut pas aller raconter.

<u>CE2 – CM2</u> : sainte Agnès

- 1. Prépare une façon spéciale de célébrer l'Immaculée Conception le 8 décembre. Parle de la pureté de la Sainte Vierge et des moyens de l'imiter en étant des tabernacles purs pour le Christ.
- 2. Parle avec tes parents de ce qu'il faut faire si un camarade essaie de te convaincre de faire quelque chose que tu sais être mal (tricher, exclure quelqu'un, voler, etc.). Cherche des moyens d'éviter la tentation et également de protéger ton camarade de cette tentation.
- 3. Fais l'éloge de la décence : Pour les filles, félicite tes amies qui s'habillent de manière décente ; pour les garçons, félicite ceux qui, en "vrais gentlemen", protègent les femmes et détournent le regard lorsqu'ils voient une femme habillée de manière inconvenante. Regardez la télévision ensemble et identifiez à tour de rôle les vêtements et les actions qui sont qui méritent d'être admirés, ainsi que les vêtements et les actions qui sont irrespectueux de la personne.
- 4. Si tu penses que Dieu t'appelle à la joie de l'aimer d'un cœur sans partage en tant que prêtre ou en tant que religieuse, prie Notre-Dame en cette période de l'Avent et demande-lui de préserver ta vocation afin que tu puisses apporter le Christ au monde toi aussi.
- 5. Discutez des effets de la musique sur nos émotions. Écoutez ensemble des chansons qui vous rendent heureux, des chansons tristes qui atténuent votre tristesse, des chansons tristes qui vous dépriment davantage et des extraits de chansons qui vous mettent en colère ou vous font ressentir de la haine. Le type de musique que nous écoutons peut-il avoir un effet sur notre relation avec Dieu ? Quel type de musique est bon pour nous ?

Collège : sainte Edith Stein

- 1. Discutez de la façon dont les hommes et les femmes sont représentés dans les publicités, les magazines, la musique et les jeux vidéo. Est-ce beau ou grossier ? Est-ce une représentation réaliste ? Comment peux-tu éviter ce qui est mauvais pour ton âme ? Comment peut-on changer la culture actuelle ?
- 2. Discutez de ce qu'il faut faire lorsque des images ou des messages déplacés apparaissent sur Internet ou dans les courriels.
- 3. Discutez des qualités à rechercher chez un conjoint. Qu'est-ce qui fait d'une personne un bon conjoint après 30 ans ?
- 4. Examinez où se trouvent les téléviseurs, les ordinateurs et les téléphones dans vos logements. Cette situation peut-elle avoir un impact sur la pureté ? Pourquoi ?
- 5. Fais preuve d'une véritable maturité : Débarrasse-toi de toute musique ou de tout jeu vidéo au langage grossier ou au contenu réservé aux adultes.
- 6. Avec un ami, faites une liste de 5 à 10 façons de protéger la pureté de votre cœur et de votre corps pendant votre adolescence. N'oubliez pas d'inclure certaines aides spirituelles telles que la prière et la consécration à Marie. Demandez à Notre Seigneur ou à Notre Dame de vous montrer ce que vous devriez faire.
- 7. Sélectionne une méthode pour t'aider lorsque tu vois, entends ou pense à quelque chose d'impur. Par exemple : regarder ailleurs et prier « Jésus, Marie, Joseph, donnez-moi un cœur pur ».

PROPOSITIONS POUR JANVIER: activités à faire à la maison

FORTITUDE : être courageux et fort dans les épreuves

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1: sainte Bernadette

- 1. Quelles sont les choses qui te font peur ? Quel petit progrès peux-tu faire ce mois-ci pour être plus fort quand tu as peur ?
- 2. La fortitude, c'est être assez fort pour défendre les autres. Y a-t-il quelqu'un dans ta classe qui est maltraité par les autres ? Commet cela se passe-t-il ? Comment peux-tu être assez fort pour l'aider ? Parle à tes parents de la façon dont tu peux l'aider ce mois-ci.
- 3. Es-tu fort quand d'autres enfants te dérangent ? Avec tes parents, entraîne-toi à dire « s'il te plaît, arrête » d'une manière respectueuse mais ferme et utilise-la ce mois-ci si quelqu'un fait quelque chose qui te dérange. N'oublie pas d'être gentil avec tout le monde ; parfois, certains enfants essaient de devenir tes amis et ils ne savent pas qu'ils te dérangent ou qu'ils te blessent.

CE2 - CM2: sainte Jeanne d'Arc

- 1. Quand une personne te dérange ou te fait du mal, aie le courage ce mois-ci de lui dire « s'il te plaît, arrête » afin qu'elle sache que tu ne trouves pas ça drôle. Si cela ne marche pas, essaie de lui en parler en privé (voir ton livret 3 p 28). Si cela ne fonctionne toujours pas, parles-en à un adulte!
- 2. Parle avec tes parents des définitions d'un comportement passif, assertif et agressif (voir ton livret 3 p 22). Une bonne affirmation de soi fait partie de l'exercice de la fortitude. Connais-tu d'autres mots pour désigner les comportements passifs et agressifs ? Explique pourquoi les comportements passifs et agressifs ne respectent pas la dignité d'autrui.
- 3. Entraîne-toi à utiliser l'une des méthodes pour défendre quelqu'un (voir page suivante) pour prendre la défense d'une personne qui est maltraitée.

Collège: saints Paul Miki et ses compagnons

- 1. Quelle serait ta réaction si tu apprenais que quelqu'un t'avais insulté et qu'un de tes meilleurs amis, témoin de la situation, n'avait pas réagi ? Parmi les suggestions pour défendre quelqu'un (voir page suivante), lesquelles correspondent le mieux à ton âge et à ta personnalité ? Utilise-les au cours de ce mois.
- 2. Parce que tu grandis et que tu te prépares pour le lycée, tu sais que tu vas devoir affronter des situations plus périlleuses qui pourraient changer le cours de ta vie. Outre le fait de dire un non catégorique à la drogue, quelles sont les autres choses auxquelles toi et tes amis ne voulez pas céder sous la pression de vos pairs ? Prenez la résolution de vous aider mutuellement à rester forts.
- 3. Lorsque tu te trouves face au mal ou quand le découragement te guette, combats la tendance à te refermer sur toi-même. Regarde vers le haut et tourne-toi vers le Ciel et le Christ, le seul qui puisse donner de la valeur à la souffrance. Affermis ton âme dans l'espérance en disant à haute voix à un ami pourquoi cette souffrance vaut la peine d'être supportée.
- 4. As-tu déjà subi des pressions pour faire des choses que tu n'aimes pas ou que tu considères mauvaises ? Résiste ce mois-ci. Souvent, nous nous laissons aller parce que nous nous sentons isolés. Regarde autour de toi : y a-t-il d'autres personnes qui ont le même problème que toi ? Invite-les à se mobiliser avec toi.

FORTITUDE : Idées pour défendre quelqu'un

Demander compensation

- « Beurk! Tu peux lui faire un compliment pour compenser »
- « Faute! Coup de pied de réparation! »

S'opposer

- « Moi, je pense que c'est une super coupe de cheveux »
- « A mon avis, c'est une excellente idée. »

Signaler

Écris un mot à l'enseignant. Parle à l'enseignant après la classe.

Prendre les choses en main

- « Hé les gars, organisons une course pour décider.»
- « Votons sur un film à regarder »

<u>Interroger</u>

- « Pourquoi as-tu dis cela? »
- « Où est le problème ? »

En parler plus tard

- « Je pense qu'on lui a vraiment fait mal hier.»
- « C'était assez méchant ce que nous avons fait ce matin. »

Manifester son soutien

- « Ce n'était pas juste. Je suis de ton côté. »
- «Tu veux jouer avec moi à la récré aujourd'hui?»

<u>Détourner l'attention</u>

- « Hey, tu connais ma blague préférée ? »
- « Qu'est-ce que tu as révisé pour l'interro d'histoire ? »

<u>S'insurger</u>

- « C'est méchant!»
- « Ne dites pas ça!»

PROPOSITIONS POUR FÉVRIER: activités à faire à la maison

PRUDENCE : prendre la bonne décision dans chaque circonstance

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1 : bienheureux Junipero Serra

- 1. Ce mois-ci, entraîne-toi à t'arrêter pour PENSER avant d'agir. Demande-toi si cette action ou cette parole est juste et bonne. Est-ce la meilleure des choses à faire ?
- 2. Entraîne-toi à utiliser des phrases commençant par JE à la maison : « Je suis __ quand __; s'il te plait ______ » (voir livret enfant).
- 3. Entraîne-toi à réfléchir à voix haute avant de prendre tes décisions : Quelles sont les différentes possibilités ? Qu'est-ce qui est bon dans chaque cas ? Qu'est-ce qui est mauvais dans chaque cas ? Que va-t-il se passer si tu choisis celle-ci ou celle-là ?
- 4. Choisis une personne que tu trouves raisonnable (parent, grand-parent, frère ou sœur plus âgé, voisin, professeur) et efforce-toi d'aller la consulter une fois par semaine pour lui demander conseil pour une décision difficile.

<u>CE2 – CM2</u>: saint John Neumann

- 1. Discute avec tes parents des conséquences à court et à long terme des décisions que tu vas prendre. Entraîne-toi à réfléchir aux répercussions à long terme des décisions que tu prends au cours de ce mois.
- 2. Discute avec tes parents des « réactions en chaîne » autrement dit de la façon dont tes décisions affectent les décisions des autres, puis leurs décisions affectent encore d'autres personnes et ainsi de suite. Lorsque ce mois-ci tu devras prendre des décisions, entraîne-toi à réfléchir aux «réactions en chaîne».
- 3. Choisis comme ami un voisin ou un parent plein de sagesse. Apprends à connaître cette personne. Demande-lui quelles sont les grandes décisions qu'elle a dû prendre dans sa vie. Comment a-t-elle fait pour choisir? Quels ont été les conséquences de ces décisions? Demande conseil à cette personne lorsque tu as à prendre une décision difficile.
- 4. Arrête-toi pour prier le Saint-Esprit avant de prendre une décision. Tout au long du mois, essaie de voir si une telle habitude de prière t'aide.
- 5. Discute avec tes parents de la «Communication Consciente» pour résoudre un problème (voir ci-dessous). Ce mois-ci, entraîne-toi à l'utiliser puis fais leur part des résultats.

<u>Collège</u>: sainte Edith Stein

- 1. Quelles sont tes priorités dans la vie ? Avec un ami, dressez une liste de vos priorités par ordre d'importance. L'ordre d'importance change-t-il parfois ? Pensez à des situations où vous avez à choisir entre deux de vos priorités. Que faire dans ces situations ?
- 2. Avec un ami, discutez d'une décision importante qui a été prise récemment par une personne ayant autorité (famille, école ou gouvernement). Comment cette décision vous a-t-elle affectés et avez-vous approuvé cette décision ? Essayez d'imaginer le point de vue de la personne en position d'autorité et comment elle a pu arriver à cette décision.
- 3. Discute avec un ami de la «Communication Consciente» pour résoudre un problème (voir ci-dessous). Ce mois-ci, entraîne-toi à l'utiliser, puis fais lui part des résultats.

« Communication Consciente » : avoir une conversation privée pour trouver une solution

- Réfléchis à l'avance à ce que tu vas dire.
- Demande à parler avec la personne.
- Prie
- Explique ce que tu as constaté (Regarde la personne quand tu lui parles.)
- Exprime les sentiments que tu as éprouvés
- Formule une demande précise

<u>Exemple</u> :

Repasse toutes les étapes dans ta tête.

Si tu vois la personne seule, demande à lui parler.

- « Jésus, aide-moi! »
- « Quand tu m'as bousculé à la récré aujourd'hui ...
- ... ça m'a vraiment énervé. »
- « S'il te plaît, ne recommence pas ou je serai obligé d'en parler à un surveillant. »

Pense à toujours faire une demande concrète, précise, réalisable et formulée positivement.

PROPOSITIONS POUR MARS: activités à faire à la maison

RESPECT : reconnaître la dignité de chaque personne

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u>: sainte Jeanne Jugan

- 1. Chaque personne vaut plus qu'un milliard d'euros, car elle est faite à l'image de Dieu et elle vivra éternellement. C'est cela que l'on appelle la «dignité» de la personne. Pense à quelqu'un que tu as du mal à aimer. Ce mois-ci, prie pour lui ou pour elle et demande à Dieu de t'aider à voir ce qui est bon dans cette personne. Raconte à tes parents ce que tu as découvert.
- 2. Jésus a dit que tout ce que nous faisons aux autres, nous le faisons pour Lui. Pense à quelqu'un que tu as du mal à aimer. Ce mois-ci, quand tu verras cette personne, imagine qu'il s'agit de Jésus déguisé et traite-la bien!
- 3. Demande à ta mère ou à ton père de te faire connaître la culture d'un autre pays et de te dire pourquoi elle leur plaît. Peut-être même qu'ils te feront goûter un plat en provenance de ce pays!

CE2 - CM2: saint Damien de Molokai

- 1. Nos différences nous rendent uniques. Parfois, tout le monde veut s'habiller de la même façon ou écouter la même musique simplement pour suivre la mode. Si quelqu'un ne suit pas ces règles, pourquoi devrait-il être moins populaire ? Pense à un exemple, à propos de tes amis, de quelque chose que tout le monde fait juste pour être bien vu et trouve quelqu'un qui ne le fait pas parce que ce n'est pas ce qu'il aime. Félicite-le d'être lui-même et demande-lui ce qui lui plaît.
- 2. Quand on respecte les autres, on garde certaines limites : on ne fait pas faire aux gens ce que l'on veut et on n'essaie pas de découvrir des choses qui sont privées, si l'on se rappelle que cette personne a une réelle dignité. Fais une liste de limites, de règles sur la façon dont tu dois traiter quelqu'un pour le respecter. Y a-t-il des limites que tu as tendance à oublier avec certaines personnes ? Ce mois-ci, exerce-toi à les mettre en pratique.
- 3. Parfois, nous taquinons et plaisantons avec nos amis pour leur montrer de l'affection et, d'autres fois, nous taquinons d'une manière qui a un côté méchant ou agressif. Au cours de ce mois, fais attention aux «taquineries». Si une personne n'est pas ton ami et que tu la «taquines», c'est probablement méchant, alors arrête ce mois-ci. Ou, si tu ne taquines que tes amis, prends un moment pour leur demander en privé si ta façon de les taquiner les blesse. Tu seras peut-être surpris. S'ils disent que oui, demande-leur de te pardonner.

Collège: saint Jean-Paul II

- 1. Explique pourquoi les préjugés sont souvent dus à l'ignorance. Pense à un groupe de personnes que tes amis ont l'habitude de sous-estimer. Décide de travailler avec ce groupe ce mois-ci pour mieux les connaître. Tous les préjugés sont-ils faux ? Sont-ils tous méchants ? Demande à un ami d'énumérer les stéréotypes qu'il considère comme méchants. et ceux qu'il juge flatteurs. Sans regarder la liste de ton ami, fais ta propre liste et comparez. À la lumière de la foi, y a-t-il des préjugés dont vous devez vous débarrasser ? Devriez-vous abandonner tous les stéréotypes ou non ?
- 2. La tyrannie de la popularité est souvent un jeu cruel qui ne respecte pas les autres. Sois honnête et fais un examen de conscience. Respectes-tu moins ceux qui ne portent pas les dernières baskets et des vêtements de marque, ne parlent pas de manière à amuser la galerie et qui ne sont pas actifs sur les réseaux sociaux ? Qui a le droit de décider de ce qui est «cool» en matière de préférences et de styles ? À partir de ton examen de conscience, fixe-toi des objectifs pour respecter la dignité de chaque personne au cours de ce mois.
- 3. Le manque de respect peut être lié à de mauvaises limites. Trouves-tu difficile d'accepter que quelqu'un te dise «non» ou respectes-tu son droit de te dire «non» ? Fais une liste de moyens verbaux et non verbaux de dire «non». Prends note et fais preuve de respect en donnant aux gens le droit de te dire «non» au cours de ce mois.

PROPOSITIONS POUR AVRIL: activités à faire à la maison

PARDON : ne pas tenir rigueur de la faute commise

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

Maternelle - CE1: saint Patrick

- 1. Exerce-toi à dire «Je te pardonne». Cherche des occasions de le dire ce mois-ci.
- 2. Demande à tes parent de t'expliquer comment les rancunes nous séparent et comment Jésus veut que nous soyons tous unis. Ce mois-ci, prie pour ta famille ; que tous les membres de ta famille puissent mutuellement se pardonner afin que vous soyez toujours unis.
- 3. Apprends à accorder à quelqu'un le bénéfice du doute. Lorsque quelqu'un te semble méchant, demande-toi s'il n'y aurait pas une autre raison. Peut-être qu'il a faim, qu'il souffre ou qu'il est triste à cause de quelque chose.
- 4. Rappelle-toi la meilleure expérience que tu as faite d'avoir été pardonné. Lorsque quelqu'un te mettra en colère ou te blessera, arrête-toi et pense à ce souvenir.
- 5. Entraîne-toi à te calmer, à t'éloigner, à prier, à attendre et, lorsque tu es calme, à utiliser une phrase commençant par «Je» (voir février) pour dire ce que tu ressens. Ensuite, pardonne à cette personne.

<u>CE2 – CM2</u>: bienheureuse Marguerite de Castello

- 1. Nomme ce qui t'agace dans le comportement des autres à l'école ou à la maison. Parfois, la prudence consiste à aider les gens à résoudre leur problème, mais d'autres fois, ton agacement est ton propre problème. Décide à l'avance que lorsque cela se produira, tu en seras conscient et tu passeras à autre chose. Prends l'habitude de dire au Seigneur dans ton cœur : « XYZ font XYZ et cela m'agace vraiment mais je leur pardonne. »
- 2. Pense au désir du Christ que nous soyons tous unis. La division est souvent une astuce du diable pour affaiblir le Corps du Christ. Trouve quelques exemples concrets de ce qui divise les gens autour de toi. Cette division pourrait-elle être surmontée par le pardon ? Dans la prière, demande un cœur qui pardonne pour toimême et pour les autres.
- 3. S'il y a quelqu'un à qui tu as du mal à pardonner, explique pourquoi et fait la comparaison avec le pardon de Dieu. Pour toi quel effort cela nécessiterait-il de pardonner à cette personne ? Efforce-toi d'y parvenir ce mois-ci
- 4. Lis avec tes parents : Matthieu 5, 38-48. Comprends-tu le passage ? Pourquoi le Christ enseigne-t-il cela ? Prends la résolution de trouver le moyen de mieux vivre l'enseignement du Christ au cours de ce mois

Collège: sainte Joséphine Bakhita

- 1. «Offenser» signifie porter atteinte aux droits de quelqu'un. Nous pensons parfois qu'une personne a porté atteinte à un de nos droits, alors qu'elle n'a fait que supprimer un simple avantage. Quels sont tes droits ? Lorsqu'une personne a vraiment bafoué tes droits, pourquoi devrais-tu lui pardonner ? Y a-t-il une différence entre pardonner à quelqu'un et se laisser marcher sur les pieds par cette personne ? Le pardon est-il une solution de facilité ? Ce mois-ci, trouve un moyen de mieux pardonner.
- 2. Renseigne toi sur la vie de sainte Joséphine Bakhita, de Maïti Girtanner (https://www.youtube.com/watch?v=xkfZ20mNT9g), de Tim Guénard (https://www.youtube.com/watch?v=pz3B-GYaqog) ou de survivants des camps de concentration. Comment le pardon les a-t-il aidés à survivre ? Que se serait-il passé s'ils n'avaient pas pardonné à ceux qui leur ont fait tant de mal ? Prie ce mois-ci pour ceux qui souffrent d'une injustice extrême et lorsque tu es tenté de ne pas pardonner, compare ta situation à la leur.
- 3. Discute de la manière de demander et d'accorder le pardon. Quelle est la différence entre dire «Je suis désolé» et demander «Me pardonneras-tu» ? Y a-t-il des choses qu'il vaut mieux ne pas dire quand on s'excuse ? La réponse « C'est bon» ou « Je te pardonne» est-elle toujours vraie lorsque quelqu'un demande pardon de t'avoir blessé ? Trouve d'autres manières de répondre à des excuses.
- 4. Avec un ami, discutez de l'importance de pardonner à ceux qui vous ont fait du mal. Comment le pardon vous libère-t-il ? Écrivez une prière de pardon et engagez-vous à prier tous les deux tout au long du mois pour pouvoir pardonner à ceux qui vous ont fait du mal.

PROPOSITIONS POUR MAI : activités à faire à la maison

RESPONSABILITÉ : être digne de confiance et bien réaliser les tâches confiées

Choisis une des activités suivantes à réaliser au cours du mois :

<u>Maternelle - CE1</u> : saint Pierre

- 1. Ce mois-ci, entraîne-toi à dire : « Je suis désolé, pardonne-moi, s'il te plaît » pour quelques situations imaginaires. Ensuite, utilise ces mots quand tu as fait quelque chose de mal ou que tu as blessé quelqu'un.
- 2. Parle avec tes parents de ce que tu ressens lorsque quelqu'un blesse ton cœur ou ton corps, volontairement ou accidentellement. Que ressens-tu lorsqu'il te dit qu'il est désolé et te demande pardon ? Que ressens-tu s'il ne s'excuse pas ? Dans quelle situation veux-tu te trouver ? Décide comment faire mieux ce mois-ci.
- 3. Avec tes parents, parle du fait que se trouver des excuses ou mentir aggrave les choses. Prends la résolution d'assumer simplement la responsabilité de tes erreurs ce mois-ci en disant par exemple «oui, c'est moi qui l'ai fait» ou «j'ai fait une erreur».
- 4. Ce mois-ci, accepte une tâche supplémentaire à la maison

CE2 - CM2: saint Henry II

- 1. Révise l'acte de contrition. Récite-le lentement. Explique la signification de chaque phrase.
- 2. Fais une réflexion sur les excuses. Pourquoi les faire ? Mets en scène des situations où tu pourrais être tenté de te trouver des excuses, mais où tu choisis plutôt de dire la vérité, de t'excuser et de demander pardon. Est-ce que tu ressens quelque chose de différent ? Ce mois-ci, combats la tentation de te trouver des excuses.
- 3. Prends la résolution d'être plus fidèle pour les services ou les devoirs que tu dois faire et discute avec tes parents de tes progrès au cours du mois. Songe à te faire un tableau avec des horaires et des dates, ainsi qu'un système de récompenses, pour te donner toutes les chances de réussir.
- 4. Allez vous confesser en famille.
- 5. En famille, suivez les responsabilités liées aux devoirs ou aux tâches ménagères à l'aide d'un tableau. Fixez des objectifs et des récompenses significatives, comme la possibilité de passer du temps en compagnie de l'un de vos parents.

Collège: bienheureux Bartolo Longo

- 1. Engage-toi par un pacte avec ton (tes) ami(s) pour que chacun d'entre vous utilise la méthode AVOUE pour demander pardon à guelgu'un que vous avez blessé. Partagez la manière dont cela se passe.
- 2. Parle à un ou plusieurs de tes amis d'un travail que tu souhaites accomplir de manière plus responsable, comme par exemple faire tes devoirs, accomplir des tâches ménagères, prendre soin de tes frères et sœurs, préparer un repas, t'entraîner pour un sport. Fixez ensemble un objectif d'amélioration et suivez vos progrès.
- 3. Décidez ensemble que chacun de vous proposera de prendre en charge une des responsabilités de ses parents à la maison, par exemple cuisiner un soir (ou une semaine!), aider un frère ou une sœur à faire ses devoirs, sortir les poubelles ou tondre la pelouse. Partagez vos réalisations.

AVOUE : reconnais que tu as eu tort et demande pardon

ANALYSE: Analyse la situation : Qui ai-je blessé ? Pourquoi ai-je agi ainsi ?

<u>VA</u>: Va dans un lieu calme et demande à Dieu de t'aider à faire cette démarche.

OFFRE: Offre de rencontrer la personne lorsqu'elle sera prête à t'écouter.

<u>UTILISE</u>: Utilise cette rencontre pour exprimer ton regret sincère et demander pardon. <u>ENTRETIENS</u>: Entretiens la relation en montrant par des paroles et des gestes concrets

que tu aimes la personne que tu as offensée.

	+ M
(nom et prénom de l'élève)	(classe)
(mois)	(vertu)
Travail à fa	aire à la maison
mois pour progresser dans la vertu. A la fin d	e des propositions. Mets-la en pratique tout au long du du mois, réfléchis à la façon dont ton activité t'a aidé à ses sur ce formulaire et présente-le à ton enseignant, à la
	olètent leur travail mensuel avec leurs parents. c les parents soit avec des amis. Dans les deux cas, les pa
Proposition (entoure): 1 2 3 4 5 6 7 8 A	Autre Projet (à décrire ci-dessous) :
Commentaires des parents (facultatif pour le Col	llège) :
Commentaires de l'élève (peut être rédigé par les	s parents pour les enfants les plus jeunes) :
Signature des parents	 Signature de l'élève

Carnet de Bord : Progrès de l'Enfant

Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
	Mois/ Année :

Aimer et Pratiquer les Vertus

Nom de l'enfant :	
	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :

Nom de l'enfant :	
	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :

Aimer et Pratiquer les Vertus

Nom de l'enfant :	
	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :
Nom de l'enfant :	
Vertu (s) :	Mois/ Année :

Remerciements

«Aimer et Pratiquer les Vertus» provient de la collaboration d'une équipe d'enseignants et de parents de «St. Gertrude School» de Cincinnati dans l'Ohio. Il fut conçu en 2005 et utilisé à titre expérimental en 2006. Le parcours a d'abord été mis en place sur un cycle de neuf années avec les vertus et les différentes saints correspondants, pour les élèves de la Maternelle au Collège de cet établissement. Rapidement, le parcours s'est répandu dans de nombreux autres établissements catholiques aux États-Unis.

Afin de rendre le parcours accessible au plus grand nombre, les Sœurs Dominicaines de Sainte Cécile de St. Gertrude School, de St. Mary's School (Oak Ridge, Tennessee), de Our Lady of Mount Carmel School (Newport News, Virginia) et de Saint Thomas Aquinas Regional School (Woodbridge, Virginie) ont travaillé à l'élaboration du présent parcours en collaboration avec une équipe d'enseignants de ces établissements .

Notre reconnaissance s'étend à tous ceux qui ont participé à l'élaboration de ce nouveau parcours qui fonctionne sur un cycle de trois années (foi, espérance et charité) avec les mêmes vertus pour l'ensemble de l'établissement, mais des saints différents pour chaque niveau de classe.

Ce parcours est mis gratuitement à la disposition de tous les établissements et de toutes les familles qui souhaitent l'utiliser. Il est le fruit de la grâce et du travail partagé. Nous souhaitons que tous ceux qui l'utiliseront se sentent inspirés à imiter la vie du Seigneur Jésus Christ, notre Sauveur. Que notre vie reflète Ses vertus afin que beaucoup soient amenés à le connaître et à l'aimer, Lui qui nous offre sa vie gratuitement.

Dans ce but, nous offrons cette œuvre à la louange de sa gloire, par l'intercession de Marie notre Mère, Etoile de la nouvelle évangélisation.

Congrégation des Sœurs Dominicaines

DE SAINTE CÉCILE

801 Dominican Drive Nashville, Tennessee 37228 Etats-Unis d'Amérique +1 (615) 256 5486 www.nashvilledominican.org

Pour toute question concernant le parcours « Aimer et Pratiquer les Vertus », merci de contacter : virtuesprogram@op-tn.org



Il y a huit siècles, saint Dominique de Guzman, inspiré par l'Esprit Saint, a fondé un Ordre ayant pour mission de prêcher pour le salut des âmes, en réponse aux besoins de son temps. L'amour de Dieu et du prochain continue d'inspirer aujourd'hui les Sœurs de la Congrégation des Dominicaines de Sainte Cécile qui répondent joyeusement à l'appel de l'Eglise pour la nouvelle évangélisation. Grâce à leur apostolat d'enseignement, les Sœurs sont au service de plus de 15 000 élèves dans plus de 40 écoles aux États-Unis, au Canada, en Australie, en Italie, aux Pays Bas, en Ecosse et en Irlande.

Table des Matières

Informations générales sur le parcours	5
ANNÉE DE LA FOI : Liste des vertus & introduction Septembre : la foi Octobre : la piété Novembre : le bon usage des richesses Décembre : la générosité Janvier : la gratitude Février : l'honnêteté Mars : la miséricorde Avril : la justice Mai : le zèle	9 13 14 15 16 17 18 19 20 21
ANNEE DE L'ESPÉRANCE : Liste des vertus & introduction Septembre : l'espérance Octobre : la studiosité Novembre : l'humilité Décembre : la patience Janvier : la fidélité Février : la joie Mars: la tempérance Avril : l'obéissance Mai : la diligence	23 27 28 29 30 31 32 33 34 35
ANNÉE DE LA CHARITÉ : Liste des vertus & introduction	37 41 42 43 44 45 47 48 49 50
Exemplaire d'une fiche de travail	51 52 56

Acte de Foi

Mon Dieu, je crois fermement toutes les vérités que tu nous a révélées et que tu nous enseignes par ton Église, parce que tu ne peux ni te tromper ni nous tromper.

Amen.

Acte d'Espérance

Mon Dieu,
j'espère avec une ferme confiance
que Tu me donneras,
par les mérites de Jésus Christ,
ta grâce en ce monde et,
si j'observe tes commandements,
le bonheur éternel dans l'autre,
parce que Tu l'as promis
et que Tu tiens toujours tes promesses,
Amen.

Acte de Charité

Mon Dieu, je t'aime de tout mon coeur et par-dessus toute chose, parce que tu es infiniment bon et infiniment aimable, et j'aime mon prochain comme moi-même pour l'amour de toi.

Amen.