



L'équipe pour la famille fait un mea culpa! En effet, comme vous le constatez, l'édition de janvier a quelques jours de retard... c'est pour mieux s'élancer en 2014! Une année qui a commencé avec l'annonce-surprise de la création comme cardinal de M^{gr} Lacroix. Ça débute en force alors, qui sait tout ce qui pourrait arriver de

bon et de surprenant au cours des prochains mois dans l'Église catholique de Québec? Même s'il commence à être un peu tard, toute l'équipe est heureuse de vous souhaiter une belle, heureuse et sainte année 2014! Que le Seigneur soit toujours présent et actif dans votre famille par le don de son Esprit d'espérance et d'amour!

Petits gestes pour faire grandir la foi dans la famille

Spiritualité familiale

Dès le plus jeune âge, on nous a appris à dire « merci », et nous l'apprenons à notre tour à nos enfants. Les cadeaux de Dieu dans notre vie quotidienne sont nombreux. Apprendre à remercier Dieu spontanément pour ses dons, c'est leur apprendre à reconnaître sa bonté! Voilà pourquoi les chrétiens bénissent le repas en famille. C'est une tradition de longue date dans l'Église. Si vous y êtes moins habitués, nous vous proposons un cube de bénédiction pour le faire de façon un peu plus ludique.

Pour télécharger le cube, cliquer sur ce lien: <http://oua.be/levv>

Pour nous deux...encore amoureux!

Spiritualité conjugale

Voici quelques « commandements pour un couple durable » que nous vous suggérons ce mois-ci:

<http://therapie-de-couple.blogs.la-croix.com/le-desir-de-lavenir-lamour-durable/2013/05/07/>

Les tout-petits

0-3 ans

NOUVEAU:

Cette année, nous vous proposons des activités faciles à faire avec vos bambins.

Voir l'[Atelier 1](#)

Les petits

4-7 ans

La famille chrétienne est le premier lieu de l'éducation à la foi. La transmission de la foi n'est pas quelque chose de compliqué, c'est plutôt une personne à connaître et à faire connaître: Jésus Christ.

Voir la [Fiche 1](#)

Les moyens

8-12 ans

Tout au long de l'année 2014, nous vous proposerons une série de 5 activités préparées pour les jeunes de ce groupe d'âge.

Voir l'[Atelier 1](#)

Les grands

13-17 ans

L'adolescence, c'est la période des expérimentations et de la quête de soi. Voici des activités favorisant la connaissance de soi, la rencontre du Christ Jésus sur le chemin des ados, et qui rappellent que la famille est toujours là pour les aider!

Voir la [Fiche 1](#)



Quoi de neuf?

Vous connaissez des jeunes filles désireuses de grandir dans la foi et la joie avec des amies de leur âge? La « Maison Kateri » est peut-être pour elles!

Le 9 mars prochain, de 10 h à 17 h, se tiendra une journée découverte pour les filles de 5^e, 6^e année et celles du secondaire.

Pour plus de détails:

http://beta.ecdq.org/activites/activite/?event_id=13221

Le bulletin est publié en janvier, mars, juin, septembre et novembre. Il est distribué électroniquement par l'équipe diocésaine pour la famille.

Pour s'abonner ou se désabonner au bulletin, pour plus d'informations ou pour des commentaires :
Amélie Martineau-Lavallée, responsable
418 688-1211, poste 268 — famille@ecdq.org

Mise en page: Élisabeth Guay

© Église catholique de Québec, 2014. Reproduction autorisée.

Joignez-vous à nous sur Facebook :
[Pastorale familiale Québec](#)

De grâce... un napperon!

Chers parents, voici un bricolage à faire avec votre enfant : un napperon personnalisé. Sur ce napperon, vous trouverez des prières et des fruits de la terre. Vous pouvez écrire le nom de l'enfant sur la ligne prévue à cet effet.

Bénédictés et grâces

Les familles catholiques ont l'habitude de remercier Dieu avant et après les repas. C'est ce qu'on appelle « le bénédicité » et « les grâces ». Le bénédicité est une prière de bénédiction avant le repas. C'est aussi une demande de bénédiction qui comporte souvent une prière en faveur des démunis. Les grâces, c'est un simple remerciement pour le repas pris ensemble. On « rend grâces » à Dieu. Si vos enfants sont tout-petits, vous pouvez taper des mains en récitant ces prières.

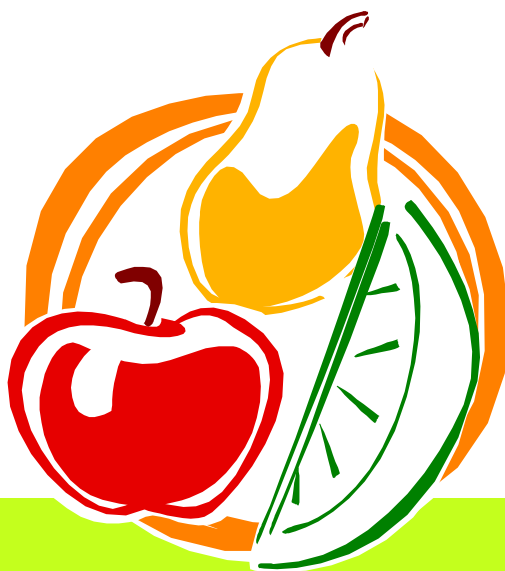
Coloriage et autocollants

Un jeune bambin aura peut-être plus de difficulté à colorier le napperon. Dans ce cas, vous pourriez plutôt acheter des autocollants qui seront plus simples à manipuler. Des étoiles, des coeurs et des papillons s'agenceraient très bien!

Napperon

Le napperon peut aider votre enfant à apprendre le nom des fruits.

Quand le napperon sera terminé, nous vous suggérons de le faire plastifier. Votre enfant pourra ainsi l'utiliser plus facilement, le montrer fièrement, nommer les images et apprendre à prier avec vous.



Le napperon de _____

Bénédicités

(sur l'air de frère Jacques)

A la table, (bis)

courons vite, (bis)

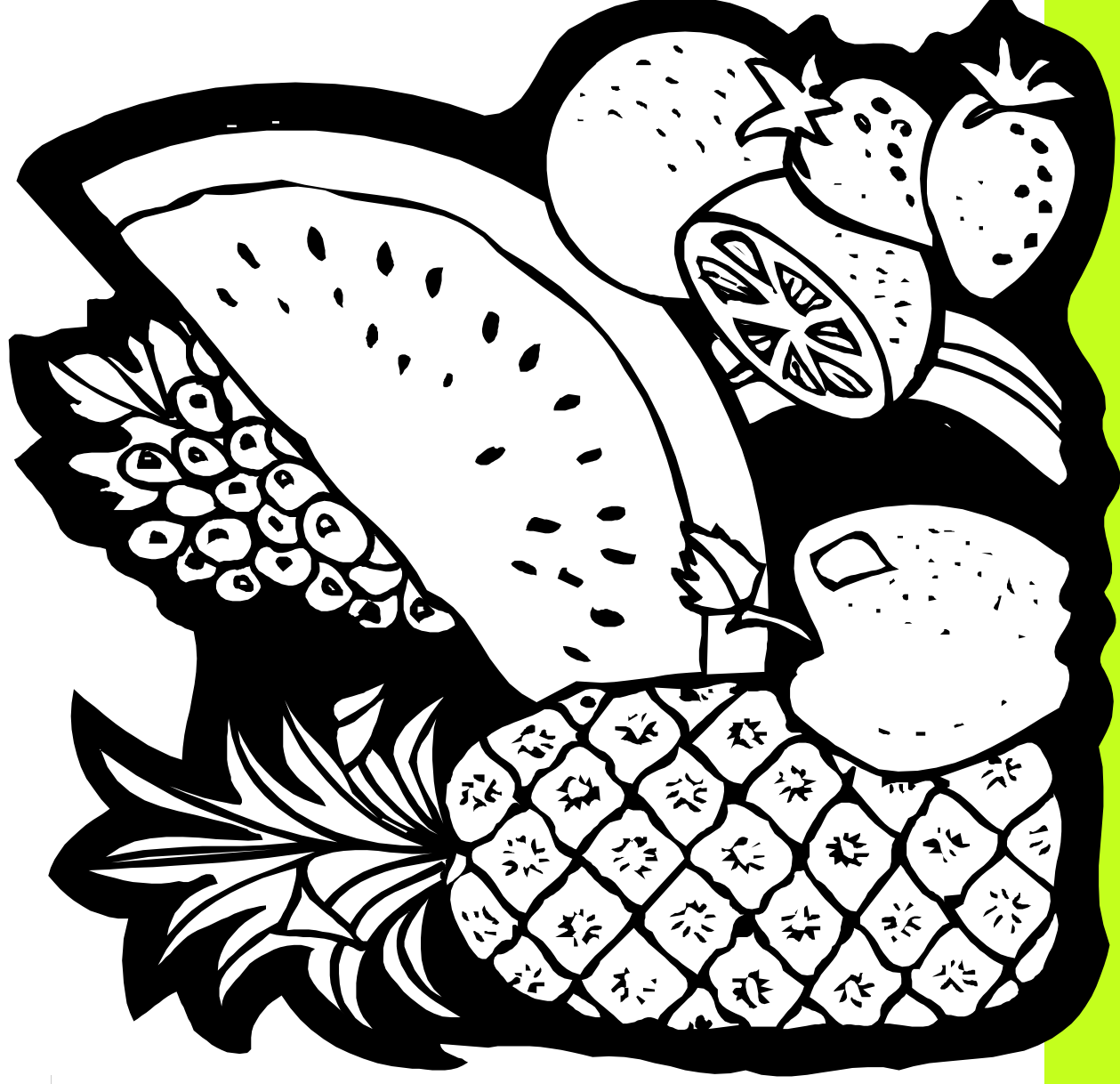
et que Dieu bénisse
(bis)

ce repas. (bis)

Seigneur,
bénis ce repas,
ceux qui l'ont
préparé,
et donne du pain
à ceux qui n'en
ont pas.

Grâces

Merci Jésus
pour tout ce
que tu nous
donnes.
Garde-nous
dans la paix,
et que nos
coeurs soient
toujours
joyeux!



La Sainte Famille dans les évangiles

Origine de Jésus Christ



Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu

Chapitre 1, versets 18-21; 24

Voici quelle fut l'origine de Jésus Christ. Marie, la mère de Jésus, avait été accordée en mariage à Joseph; or, avant qu'ils aient habité ensemble, elle fut enceinte par l'action de l'Esprit Saint. Joseph, son époux, qui était un homme juste, ne voulait pas la dénoncer publiquement; il décida de la répudier en secret. Il avait formé ce projet, lorsque l'Ange du Seigneur lui apparut en songe et lui dit : « Joseph, fils de David, ne crains pas de prendre chez toi Marie, ton épouse : l'enfant qui est engendré en elle vient de l'Esprit Saint; elle mettra au monde un fils, auquel tu donneras le nom de Jésus (c'est-à-dire : "Le Seigneur-sauve"), car c'est lui qui sauvera son peuple de ses péchés. » [...] Quand Joseph se réveilla, il fit ce que l'Ange du Seigneur lui avait prescrit : il prit chez lui son épouse.

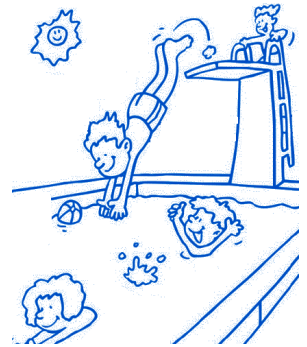
Activité

Pour l'Église, la vie humaine est sacrée. Elle nous vient de Dieu. Voilà pourquoi l'Église aime la vie! Probablement que, tout comme moi, tu ne te rappelles pas le temps passé dans le ventre de maman ni de tes 2 ou 3 premières années de vie.

L'activité de la page suivante t'invite à associer le bon énoncé avec la bonne image.

Voici quelques éléments intéressant à savoir :

Savais-tu que ton coeur a commencé à battre 21 jours après ta conception?



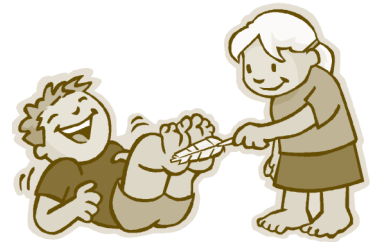
Savais-tu que tes deux bras ont commencé à apparaître après seulement un mois?



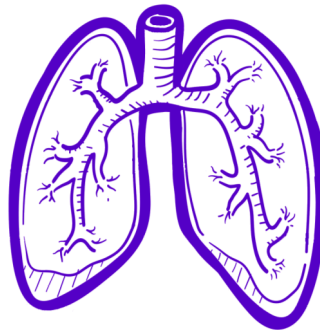
Savais-tu qu'après 45 jours dans le ventre de ta mère, 99 % de tes muscles étaient présents et en développement?

Savais-tu qu'après 2 mois, tous tes organes sont formés?

Savais-tu qu'à 3 mois, on aurait pu te chatouiller, car ta peau était déjà sensible?



Savais-tu qu'à 4 mois, tu nageais bien dans le ventre de ta maman et que tu pouvais attraper des choses?



Savais-tu qu'à 7 mois, tu regardais déjà autour de toi et que tu pouvais reconnaître la voix de maman et probablement celle de papa?



Savais-tu que Dieu aime tellement le monde qu'il nous a envoyé son fils Jésus? C'est comme cela que Jésus a pris un corps humain et est né de Marie. Cela nous montre combien Dieu trouve la vie humaine importante pour qu'il choisisse que son propre fils naisse d'une femme et qu'il vienne nous rencontrer, nous voir, parler avec nous! Encore aujourd'hui Jésus est présent auprès de nous, mais d'une autre façon.

Connais-tu l'Esprit Saint?

Il y a de bonnes chances que tu connaisses mieux Dieu le Père et son Fils Jésus que l'Esprit Saint, qui est souvent un peu moins bien connu. Tu sais peut-être que le Saint Esprit est l'une des trois personnes de la Trinité. En disant que c'est une personne, ça signifie qu'on peut le connaître, qu'on peut lui parler, qu'on peut apprendre à l'aimer de plus en plus. Cela signifie aussi qu'il peut aussi agir dans ta vie... parce qu'il t'aime!

As-tu déjà remarqué que pour décrire des choses importantes, on utilise des images ou des symboles? « Je t'aime grand comme la terre! » « Tu es beau comme un coeur! ». Ce ne sont que deux exemples, mais ça illustre très bien ce que nous voulons dire. La bible utilise des images lorsqu'elle nous parle de l'Esprit Saint. L'Esprit de Dieu est comme...

Le **VENT** qui souffle où il veut...
...comme le vent du large magistral et tenace,
...comme la brise douce et légère
qui caresse notre visage,
...comme ce vent mystérieux du soir
qui reste toujours imprévisible,
libre et énergétique.

« Le vent souffle où il veut : tu entends sa voix mais tu ne sais ni d'où il vient ni où il va. Il en est ainsi pour qui est né du souffle de l'Esprit. » (Jn 3, 8)

L'**EAU VIVE** qui jaillit en vie éternelle...
...comme une source d'eau fraîche,
...comme l'océan puissant et profond,
...comme la pluie qui arrose la terre,
...comme le puits au milieu du désert.

Jésus dit : « Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi, et qu'il boive, celui qui croit en moi! Comme dit l'Écriture : De son coeur couleront des fleuves d'eau vive. » (Jn 7, 37-39)

Le **FEU** qui se répand sur la terre...
...comme la chandelle éclaire la nuit,
...comme le foyer qui réchauffe la maison,
...comme ce feu de joie des soirs d'été.

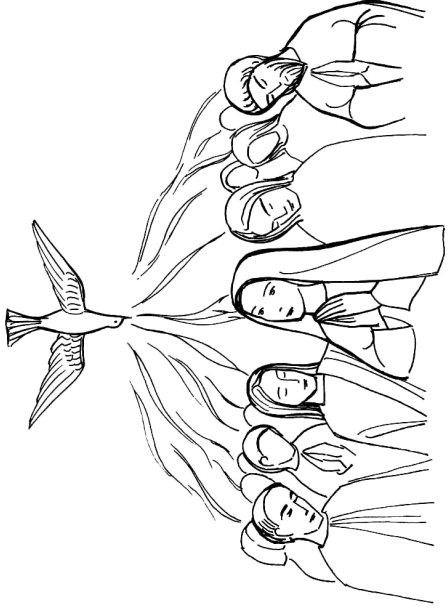
Jésus dit : « Je suis venu apporter un feu sur la terre, et comme je voudrais qu'il soit déjà allumé! » (Lc 12, 49)

Le **SOUFFLE** de vie qui est en chacun de nous ...qui est essentiel,
...qui est invisible mais présent,
et indispensable à la vie.

Jésus « ayant ainsi parlé, il souffla sur [ses disciples] et leur dit : Recevez l'Esprit Saint. » (Jn 20, 22)

Maintenant que tu es plus familier avec l'Esprit Saint, peux-tu dire laquelle de ces 4 images te fait mieux comprendre qui est le Saint Esprit? Pourquoi?

Nous te proposons de faire un mini poster de l'Esprit Saint. Sur la page suivante, compose une brève prière à l'Esprit Saint et illustre-le, soit avec les 4 images proposées ou mieux encore, trouve ta manière à toi de l'imager.



L'Esprit Saint

Seigneur Esprit Saint,

Des pas sur le sable

Une nuit, j'ai eu un songe.
J'ai rêvé que je marchais le long d'une plage,
en compagnie du Seigneur.
Dans le ciel apparaissaient, les unes après les autres,
toutes les scènes de ma vie.

J'ai regardé en arrière
et j'ai vu qu'à chaque période de ma vie,
il y avait deux paires de traces sur le sable:
L'une était la mienne, l'autre était celle du Seigneur.

Ainsi, nous continuions à marcher,
jusqu'à ce que tous les jours de ma vie
aient défilé devant moi.
Alors, je me suis arrêté et j'ai regardé en arrière.
J'ai remarqué qu'en certains endroits,
il n'y avait qu'une seule paire d'empreintes,
et cela correspondait exactement avec les jours
les plus difficiles de ma vie,
les jours de plus grande angoisse,
de plus grande peur et aussi de plus grande douleur.

Je l'ai donc interrogé :
« Seigneur... tu m'as dit que tu étais avec moi
tous les jours de ma vie
et j'ai accepté de vivre avec Toi.
Mais j'ai remarqué que dans les pires moments de ma vie,
il n'y avait qu'une seule trace de pas.
Je ne peux pas comprendre
que tu m'aies laissé seul aux moments
où j'avais le plus besoin de Toi. »

Et le Seigneur répondit :
« Mon fils, tu m'es tellement précieux! Je t'aime!
Je ne t'aurais jamais abandonné, pas même une seule minute!
Les jours où tu n'as vu qu'une seule trace de pas sur le sable,
ces jours d'épreuves et de souffrances, eh bien:
c'était moi qui te portais. »

T'y penses-tu?



Peux-tu écrire le nom des personnes qui t'aiment vraiment et qui veulent ton bien?

Peux-tu nommer des moments dans ta vie où Jésus a été présent à tes côtés?

Ta confiance en toi, celle que tu portes aux autres personnes et à Dieu sont importants pour grandir intérieurement.

Quel est ton degré de confiance...

... en toi? ☐ petit ☐ moyen ☐ grand

... face aux autres? ☐ petit ☐ moyen ☐ grand

... en Dieu? ☐ petit ☐ moyen ☐ grand

Comment faire pour continuer à faire grandir cette confiance?

Jésus est avec nous, dans la joie comme dans la souffrance. Vois-tu son action dans ta vie quand ça va bien? Le vois-tu aussi dans les situations plus difficiles?

☐ oui ☐ non

Trouve un exemple concret que Dieu agit dans ta vie.
