

# Champions de la Fraternité



## Pour les enfants

Bienvenue championne, bienvenue champion ! Eh oui, avec Jésus tu peux devenir championne ou champion de la Fraternité ! En équipe, avec des adultes, ce carnet t'aidera à comprendre comment tu peux t'entraîner. À la fin, tu pourras dire comme saint Paul : « J'ai mené le bon combat, j'ai achevé ma course, j'ai gardé la foi. »

(Deuxième lettre à Timothée, 4,17)

## Pour les adultes

Parents Akelas Éducateurs  
Animateurs Catéchistes Grand-parents  
Chefs de meute Prêtres Enseignants  
Adjoints en pastorale

Ce carnet va vous permettre de faire vivre aux enfants de 8 à 12 ans un carême de champions ! À utiliser en équipe, en meute, au caté, au patro, en école catholique, en famille, entre copains... Conseils d'animation sur la page enfance du diocèse. Et n'oubliez pas de nous raconter vos défis !

<https://www.catho77.fr/vivre-sa-foi/enfance/>



Plus loin, plus haut  
plus frères !

## Champions de la fraternité

Parcours de carême pour les 8/12 ans, édité par le Conseil diocésain de la pastorale des enfants du Diocèse de Créteil. Rédaction : Laure Maréchal, Carine Cloix, Florent Masson. Maquette : F. Masson. Illustrations : Dall-E. Tous droits réservés, Diocèse de Créteil, 2 rue Pasteur Valléry Radot 94000 Créteil.

[catholiques-val-de-marne.cef.fr](https://www.catholiques-val-de-marne.cef.fr)



Salut ! Moi c'est Tom !



Et moi c'est Maëva !

Bon, on a une belle histoire à te raconter !

Et des défis à te proposer !

Mais commençons par le début...

C'était un samedi. Tom est venu avec moi chez ma grand-mère...

Je l'aime beaucoup ! Elle raconte bien les histoires.

Et tu aimes bien ses cookies aussi !

Euh oui... aussi ! Mais ce jour-là...

Ce jour-là, Tom et Maëva revenaient de l'école.

- Tu te souviens qu'on va chez Mamie ? demanda Maëva...

- Ah ? dit Tom. J'avais oublié ! Nos parents ont un groupe de prière, c'est ça ?

- Oui ! Et Mamie m'a promis de nous faire ses cookies spéciaux trois chocolats...

- Ouah, la chance, dit Tom. Ils sont vraiment géniaux ses cookies !

Quand ils arrivèrent devant la petite maison, ils sonnèrent au portillon et entrèrent sans attendre dans la petite cour. Très vite, la porte d'entrée s'ouvrit et Mamie Georgette apparut, en s'écriant :

- Ah les enfants ! Ça fait plaisir de vous voir. J'ai préparé...

- Des cookies ! dit Tom avec entrain.

- Pas seulement ! dit-elle en les faisant entrer. Posez vos affaires, on va d'abord faire un petit temps de prière. Il faut remercier le Seigneur Jésus tous les jours pour toutes les bonnes choses qu'on reçoit !

De fait, dans le petit salon, elle avait préparé une icône, les Évangiles, et allumé une bougie. Trois chaises entouraient le petit guéridon où était installé le coin prière.

- C'est important de savoir rendre grâce, dit Mamie Georgette. Ma propre grand-mère remerciait Jésus du matin au soir. C'est elle qui m'a appris la louange !

Les enfants et la vieille dame prirent place, et Mamie Georgette commença sans attendre :

- Seigneur Jésus, je te remercie pour ces deux enfants et tous leurs amis, et nos familles.

- Merci Seigneur pour ma Mamie et tout ce qu'elle m'apporte, dit Maëva.

Tom, lui, n'avait pas l'habitude de prier comme ça, à voix haute, et il avait un peu hâte que cette prière s'arrête, parce qu'il ne savait pas trop quoi dire, et aussi parce que la bonne odeur des cookies trois chocolats lui chatouillait les narines. Mais comme

Mamie Georgette l'encourageait du regard, il dit la première chose qui lui passait par la tête :

- Jésus, merci pour les cookies !

Maëva lui jeta un regard agacé, mais Mamie Georgette éclata de rire et dit :

- Jésus, merci pour le rire et pour la bonne humeur. Et merci parce que tu partages nos joies et nos peines... même les cookies !

Tom fut rassuré et amusé à la fois, et la prière se termina par un Notre Père.

Quand Mamie Georgette les installa à la table du salon devant un plat de délicieux cookies, au lieu de se jeter dessus comme d'habitude, Tom demanda :

- Ça veut dire quoi que Jésus partage nos joies et nos peines ?

- Ah ça, dit Mamie Georgette. Eh bien, Jésus c'est le Fils de Dieu, tu vois, il aurait pu rester dans le Ciel, servi par les anges, bien au chaud ! Eh bien, il est venu sur terre, il est devenu comme nous, un petit bébé, et il a vécu tout ce qu'on vit sauf le péché. Il a été enfant, comme vous...

- Il a mangé des cookies ? Demanda Tom.

- Non mais, tu as d'autres choses qui t'intéressent ? demanda Maëva.

- Ben oui, dit Tom, les copains, le sport...

- Eh bien sois certain que tout ce que tu aimes, tout ce que tu vis, ça intéresse Jésus. Tu peux lui confier toute ta vie. Et en retour, tu dois toi aussi t'intéresser aux autres, les aimer et les servir !

-Tous les autres ? demanda Tom.

Il pensa à tous ceux qu'il n'aimait pas. Celui qui se moquait de lui des fois. Le voisin et son chien qui jappait tout le temps. Sa sœur qui lui prenait ses mangas sans demander... Il soupira et dit :

- Quelques-uns je veux bien, mais tout le monde c'est pas facile !

- Eh bien, dit Maëva, il suffit de s'entraîner !

- S'entraîner ? Comme au sport ?

- Ça c'est une bonne idée, dit Mamie Georgette. Comme au sport. En plus nous sommes bientôt en Carême...

- Oui, dit Tom, ça je sais, on l'a vu au caté. C'est le moment où on se prépare à fêter Pâques ! On fait des efforts... pour devenir meilleur ? Eh, comme en sport en fait !

- Voilà, dit Mamie Georgette. Vous pourriez vous entraîner durant tout le Carême, pour être je ne sais pas... plus gentils avec ceux qui vous énervent ?

- Pffouu, pas évident, dit Maëva.

- Plus présents à ceux qui sont rejetés ? dit Mamie Georgette.

- Aïe, pas facile, dit Tom.

- Plus serviables avec votre famille ?

- Oui, on voit bien dit Tom, mais, comment on fait ?

- Comme en sport, dit Mamie Georgette. Vous commencez doucement, un défi par semaine, par exemple, ça irait ?

- Mais je vais tout oublier, moi, dit Tom.

- On n'a qu'à tout noter ! dit Maëva. Et à la fin...

- À la fin je ferai une fête pour célébrer mes petits champions, dit Mamie Georgette. Vous serez les champions de la fraternité !

- Waow ça sonne bien, dit Tom. Comment on fait ?

- Je vais vous chercher des carnets, dit Mamie Georgette. On va noter ensemble tous les domaines où on peut grandir en fraternité. Voilà le défi : vous en relevez au moins un par semaine pendant le Carême, et je vous déclarerai champions !

Voilà, c'est comme ça que ça a commencé.  
Les cookies étaient extraordinaires !

Tom...

Euh oui, le reste aussi. Il y a eu des trucs faciles...

Et d'autres plus difficiles. Mais on a tenu bon !

Et on est devenus des champions...

...de la fraternité ! Et toi ? Tu veux relever des défis ?

Alors lis-bien les thèmes dans ce carnet et chois-en un par semaine. Invente et écris un défi !

Et vis-le surtout.

Et à la fin, avec tes frères et sœurs, ton groupe, ta classe ou autres... fêtez les champions !

**Découvre page suivante les défis de Tom et Maëva (Et de Mamie Georgette !)**

## Défi : *le respect*

1



J'aime beaucoup retrouver mes copains dans le bus le matin. Je me suis rendu compte que je montais à bord comme une fusée pour les rejoindre. J'ai décidé de dire bonjour au chauffeur. Depuis il me salue lui aussi tous les matins et ça lui fait plaisir. Et à moi aussi !

Apprendre à respecter les autres, c'est reconnaître leur valeur et leurs différences. Il arrive que l'on manque de respect, par exemple en demandant une baguette de pain à la boulangerie sans dire bonjour, en faisant du bruit quand on va se coucher, au risque de réveiller les autres...

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Donc, tout ce que vous voudriez  
que les autres fassent pour vous,  
faites-le pour eux, vous aussi »

*(Évangile de Mathieu 7,12)*





Il y avait une fille dans mon groupe que je n'aimais pas beaucoup, du coup je n'étais pas toujours sympa avec elle. Quand j'ai eu des problèmes elle a été la première à me défendre. J'ai décidé de l'imiter et d'aimer les autres même s'ils m'agacent.

L'amour fraternel va au-delà de la famille, il concerne tout le monde. Il s'agit d'agir avec bienveillance et de ne pas se disputer avec les autres.

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Mon commandement, le voici :  
Aimez-vous les uns les autres  
comme je vous ai aimés. »

*(Évangile de Jean 15, 12)*



Lors d'une sortie avec le caté, un garçon avait du mal à suivre, du coup j'ai porté son sac pour l'aider. On a pu discuter et en fait il est très sympa, on est devenu copains !

Être là pour les autres, surtout dans les moments difficiles, renforce les liens et montre qu'on peut compter les uns sur les autres.

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Amen, je vous le dis : chaque fois que vous l'avez fait à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait. »

*(Évangile de Matthieu 25, 40)*

## Défi : *le partage*

4



Chez les Jeannettes, j'ai vu qu'une amie avait souvent peu de choses à manger quand on apportait notre pique-nique. J'ai demandé à maman de me donner plus pour partager avec elle.

Le partage de son temps, de nourriture, par un petit don d'argent, ou en prêtant ses affaires, montre à quel point on se soucie des autres.

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Car j'avais faim,  
et vous m'avez donné à manger ;  
j'avais soif, et vous m'avez donné à boire ;  
j'étais un étranger, et vous m'avez accueilli. »

*(Évangile de Mathieu 25, 35)*



Mon petit frère m'énervait : il venait toujours m'embêter et moi je le renvoyais dans sa chambre. Maman m'a dit que je devais être plus gentil avec lui. J'ai pris le temps de l'écouter et de jouer avec lui. Je me suis rendu compte que ça compte beaucoup parce que pour lui je suis très important.

Écouter les autres, c'est déjà agir en frère ou en sœur avec eux. Écouter vraiment, sans interrompre, sans juger, sans vouloir toujours donner son avis, c'est difficile !

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Sachez-le, mes frères bien-aimés : chacun doit être prompt\* à écouter, lent à parler. »

\* Prompt veut dire rapide

(Lettre de Jacques 1, 19)

## Défi : *la solidarité*

6



Avec le caté, nous avons décidé de préparer des gâteaux et de les vendre pour soutenir un projet qui aide des enfants en difficulté.

Être solidaire, c'est aider ceux qui sont dans le besoin, avec d'autres, un peu comme dans une équipe de sport. Aider ceux qui ont du mal nous rend tous plus forts.

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

**« Soyons attentifs les uns aux autres  
pour nous stimuler à vivre dans l'amour  
et à bien agir. »**

*(Lettre aux Hébreux 10, 24)*

## Défi : *l'honnêteté*

7



Un jour sans faire exprès j'ai cassé un vase que maman aimait beaucoup. Comme mon petit frère avait l'habitude de jouer au ballon dans le salon, elle a cru que c'était lui et l'a disputé. Sur le moment j'étais soulagé, mais après j'ai eu honte et je suis allé leur dire la vérité et leur demander pardon.

Être honnête avec les autres renforce la confiance et crée des relations vraies et qui durent. Même et surtout si cela nous demande un effort.

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Débarrassez-vous donc du mensonge, et dites la vérité, chacun à son prochain, parce que nous sommes membres les uns des autres. »

*(Lettre aux éphésiens 4, 25)*

## Défi : *la bienveillance*

8



J'avais une copine qui m'énervait à la messe : elle chantait fort en levant les bras. Un jour j'ai assisté à une messe animée par sa communauté, c'était beau, vivant et tout le monde dansait ! J'ai compris pourquoi ma copine était comme ça, et je l'admire de ne pas avoir peur du regard des autres.

Accueillir les autres comme ils sont, même s'ils ne pensent pas ou ne vivent pas comme moi. Quelle richesse !

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

**« Accueillez-vous donc les uns les autres, comme le Christ vous a accueillis pour la gloire de Dieu. »**

*(Lettre aux Romains 15, 7)*



J'aime bien Mamie Georgette parce que chez elle on rit et elle est toujours joyeuse. Un jour j'ai découvert qu'elle aussi avait des problèmes : je lui ai demandé comment elle faisait pour rester joyeuse. Elle m'a dit qu'elle puisait sa joie en Jésus, et qu'il était important d'offrir de la joie aux autres.

Partager des moments de joie renforce les liens et crée des souvenirs heureux, essentiels à la fraternité. Et parfois, ça console et ça fait du bien aux autres de savoir qu'ils trouveront en toi un peu de joie !

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Soyez toujours dans la joie, priez sans relâche, rendez grâce en toute circonstance : c'est la volonté de Dieu à votre égard dans le Christ Jésus. »

*(Première lettre aux Thessaloniens 5, 16-18)*



## Défi : *le pardon*

10



Un jour j'ai entendu une amie me critiquer. Je ne lui ai plus parlé et j'étais malheureuse. Et j'ai compris que notre amitié était plus importante que ça. On s'est parlé, je lui ai pardonné et demandé pardon aussi. Depuis j'ai l'impression qu'on est encore plus copines qu'avant !

On commet tous des fautes. Sans pardon impossible d'avancer et de rester amis !

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Soyez entre vous pleins de générosité et de tendresse. Pardonnez-vous les uns aux autres, comme Dieu vous a pardonné dans le Christ. »

(Lettre de saint Paul aux Éphésiens 4, 32)



J'aimais bien porter des vêtements chers, j'avais l'impression d'être super important avec. Un jour mon papy m'a dit que mamie et lui m'aimeraient quoi que je porte, et sûrement mes copains aussi. Ça m'a fait drôle, maintenant je porte ce qu'on m'offre et je ne réclame plus de choses très chères !

Vivre simplement permet de se concentrer sur ce qui est vraiment important : les relations et l'amour pour les autres. Renoncer aux grandes marques super chères qui en mettent plein les yeux, s'habiller, parler, vivre simplement, c'est renoncer à écraser les autres, être accessible !

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Heureux les pauvres de cœur,  
car le royaume des Cieux est à eux. »

*(Évangile de Mathieu 5,3)*



Un jour une copine a été accusée d'avoir volé le goûter de quelqu'un. Tout le monde était contre elle ! Moi j'ai enquêté pendant la récré et j'ai vu que le voleur était... un écureuil ! J'ai demandé à tout le monde de demander pardon à ma copine, parce que ce n'était pas juste qu'on la traite comme ça.

Nous sommes tous plus ou moins témoins d'injustice : quelqu'un est méprisé, rejeté, oublié, ou injustement puni ! Dire stop, dire non, parler à celui ou celle que tout le monde rejette, cela demande du courage ! Mais ça peut faire beaucoup de bien.

*Je relève le défi !*

Ce que je décide de faire :

Comment ça s'est passé, et ce que j'en retiens :

*La Parole de Dieu nous éclaire :*

« Une lumière est semée pour le juste,  
et pour le coeur simple, une joie. »

*(Psaume 96, 11)*

# Champions de la fraternité



Tom et Maëva aiment beaucoup rendre visite à Mamie Georgette, la grand-mère de Maëva. D'abord parce qu'elle leur cuisine de délicieux cookies trois chocolats, mais surtout parce qu'elle leur dit toujours des choses passionnantes sur Jésus, et leur lance des défis...

Aujourd'hui, les douze défis de la fraternité ! Et toi, sauras-tu les relever et faire partie des **Champions de la Fraternité ?**