



## En route vers Pâques

*Une proposition pour chaque jour  
de cette 3<sup>ème</sup> semaine de Carême.*

### Dimanche 8 mars : 3<sup>ème</sup> dimanche de Carême



#### Cheminer ensemble durant le temps du Carême

*Conférence des évêques catholiques du Canada*

Une invitation à un moment de fraîcheur spirituelle, à identifier notre soif et à laisser le Seigneur nous abreuver de l'eau vive du pardon, de la vérité, de la vie éternelle.

*Par Mgr Juan Carlos Londoño, évêque auxiliaire à Québec*



### Lundi 9 mars

*Sourire : c'est bon pour la santé physique et psychique.*

Un défi ... Malgré les hauts et les bas du quotidien, cette semaine, pas une journée sans un sourire !



### Mercredi 11 mars

Plus facile à dire qu'à faire ...

**Se réconcilier avec quelqu'un.**

*Pardonne-nous nos offenses, comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés.*

### Vendredi 13 mars

Que puis-je faire, dans ma situation, pour vivre le partage ?

### Mardi 10 mars

*« La stabilité et la paix ne se construisent pas par des menaces réciproques, ni par les armes qui sèment la destruction, la douleur et la mort ». (Léon XIV – 1/03/2026)*

Face peut-être à un sentiment d'impuissance, je n'oublie pas de prier pour la paix.

### Jeudi 12 mars

Dans ma prière, pourquoi ne pas confier à Dieu ce dont mon cœur a faim ?

### Samedi 14 mars

*Dimanche, c'est la première collecte du Carême de partage et **Entraide & Fraternité** nous appelle à la solidarité avec le peuple haïtien.*

N'est-ce pas une occasion de me renseigner sur Haïti, un pays parmi les plus pauvres de la planète et ravagé par la violence ?