

Le réseau d'animation
pastorale de l'Apel

L'Avent en famille



Le réseau d'animation
pastorale de l'Apel

L'Avent en famille

Le réseau d'animation pastorale de l'Apel (RAP)

- est constitué de parents Apel, nommés délégués à l'animation pastorale par les présidents d'Apel d'établissement, départementale ou académique ;
- participe à la dimension évangélique de l'enseignement catholique ;
- propose d'accompagner les parents dans leur spiritualité ou leur intériorité.

apel

www.apel.fr

277 rue Saint-Jacques
75005 Paris



Textes liturgiques © AELF, Paris

Vous pouvez vous rendre dans n'importe quelle librairie religieuse pour y trouver le texte biblique dans son intégralité.

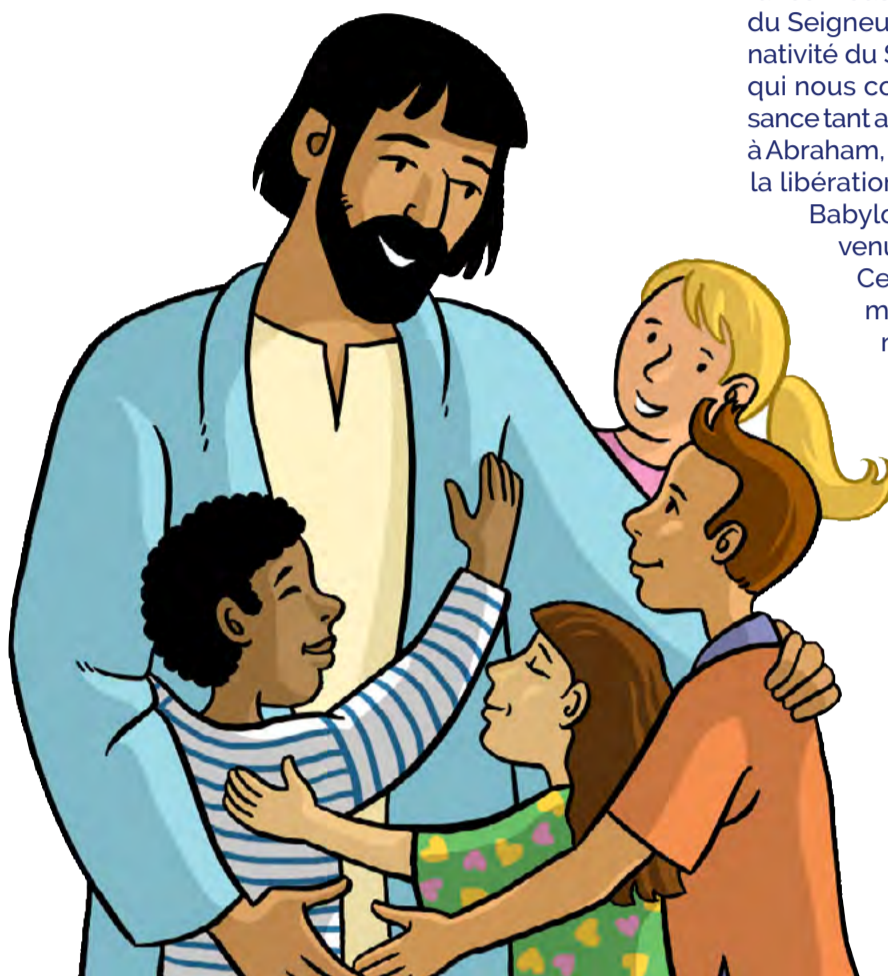
L'Avent : le temps de l'Espérance

Chers parents,

Le réseau d'animation pastorale de l'Apel a conçu ce livret afin de vous accompagner en famille pendant ce moment particulier de l'Avent. C'est un calendrier que vous pourrez accrocher pour suivre les quatre semaines de l'Avent, Noël et l'Épiphanie. Vous y trouverez :

- une introduction sur Noël, un temps d'espérance et de paix,
- les Évangiles du dimanche accompagnés de leurs illustrations et une méditation éclairant les paroles de ces Évangiles,
- des prières,
- des citations,
- des activités à faire en famille,
- des propositions pour prendre soin de soi et des autres, mais aussi des idées pour se tourner vers le Seigneur.

À chaque semaine, correspond un thème que vous pourrez approfondir. Nous espérons que ce guide vous sera utile et vous permettra de mieux vivre avec vos enfants ce temps de l'attente de la naissance de Jésus pour célébrer Noël dans la joie.



du 27 novembre
au 25 décembre 2022

Le temps de l'Avent est le temps de l'Espérance. Nous préparons notre cœur à la venue du Seigneur. Nous sommes tournés vers la nativité du Sauveur. Nous regardons l'étoile qui nous conduira jusqu'au lieu de la naissance tant attendue. Depuis la promesse faite à Abraham, depuis le règne de David, depuis la libération d'Égypte, depuis la captivité à Babylone, le peuple de Dieu attend la venue du Messie.

Ce Messie arrive couché dans une mangeoire. Est-il bien celui que nous attendons ? L'attente est celle de l'inattendu. Notre attente est conversion. Nous rêvons ou imaginons la venue de Dieu chez nous. Aujourd'hui encore, notre attente se purifie par la venue de l'Esprit en nous. L'Esprit Saint nous rend disponible à un Dieu tout autre. L'Avent, temps de l'attente, temps de la création nouvelle, temps d'un Dieu qui vient !

Monseigneur Jean-Luc Bouilleret, Archevêque de Besançon et évêque accompagnateur de l'Apel

Jésus, Prince de la paix

**« Un enfant nous est né,
un fils nous a été donné !
(...) Son nom est proclamé :
"Conseiller-merveilleux,
Dieu-Fort, Père-à-jamais,
Prince-de-la-Paix."
Et le pouvoir s'étendra,
et la paix sera
sans fin. »**

(Isaïe 9)



**« Paix sur terre
aux hommes de
bonne volonté. »**

(Saint Luc 2, 14)



Et pour vivre ce temps de l'Avent en musique et en chants, scanner ce QR code.



Tenez-vous prêts !

ÉVANGILE

(Mt 24, 37-44)

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Comme il en fut aux jours de Noé, ainsi en sera-t-il lors de la venue du Fils de l'homme. En ces jours-là, avant le déluge, on mangeait et on buvait, on prenait femme et on prenait mari, jusqu'au jour où Noé entra dans l'arche ; les gens ne se sont doutés de rien, jusqu'à ce que survienne le déluge qui les a tous engloutis : telle sera aussi la venue du Fils de l'homme. Alors deux hommes seront aux champs : l'un sera pris, l'autre laissé. Deux femmes seront au moulin en train de moudre : l'une sera prise, l'autre laissée. Veillez donc, car vous ne savez pas quel jour votre Seigneur vient. Comprenez-le bien : si le maître de maison avait su à quelle heure de la nuit le voleur viendrait, il aurait veillé et n'aurait pas laissé percer le mur de sa maison. Tenez-vous donc prêts, vous aussi : c'est à l'heure où vous n'y penserez pas que le Fils de l'homme viendra. » – Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris



27 novembre 2022

Faire quelque chose pour soi

Se tenir prêt, c'est être présent. Prenons le temps en famille de profiter les uns des autres et soyons attentifs aux besoins de chaque membre qui la compose. Il est possible d'instaurer un jour dans la semaine où chaque personne fait part de son ressenti, de ses craintes, de ses attentes, mais également aussi de ses bonheurs et de ses joies. Pour cela, dressons un tableau de la Paix où chacun pourra écrire ou illustrer ce qui lui est arrivé de bon ou de bien.

« On obtient de Dieu autant qu'on en espère. »

Sainte Thérèse de Lisieux

Faire quelque chose pour les autres

Se tenir prêt, c'est aussi être actif au quotidien. Dans notre société dite « de consommation », il est important de penser aux autres, à ceux qui ont moins. Ainsi, l'Avent est le moment de partager et de donner : jouets, vêtements... Beaucoup d'associations ont besoin de notre générosité pour pouvoir redistribuer.

Se tourner vers le Seigneur

Le Seigneur nous demande une vigilance active : je n'aime pas attendre mon tour à la cantine, je n'aime pas attendre car je n'ai pas le temps, etc. **Et si j'offrais ce temps au Seigneur pour en faire une prière silencieuse ?**

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Un chemin d'étoiles vers Noël



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

PRIÈRE

Seigneur, en ce début de l'Avent, viens réveiller notre cœur alourdi, secouer notre torpeur spirituelle. Donne-nous d'écouter à nouveau les murmures de ton Esprit qui, en nous, prie, veille, espère. Ravive notre attente, la vigilance active de notre foi, afin de nous engager partout où la vie est bafouée, l'amour piétiné, l'espérance menacée, l'homme méprisé.

Père Michel Hubaut

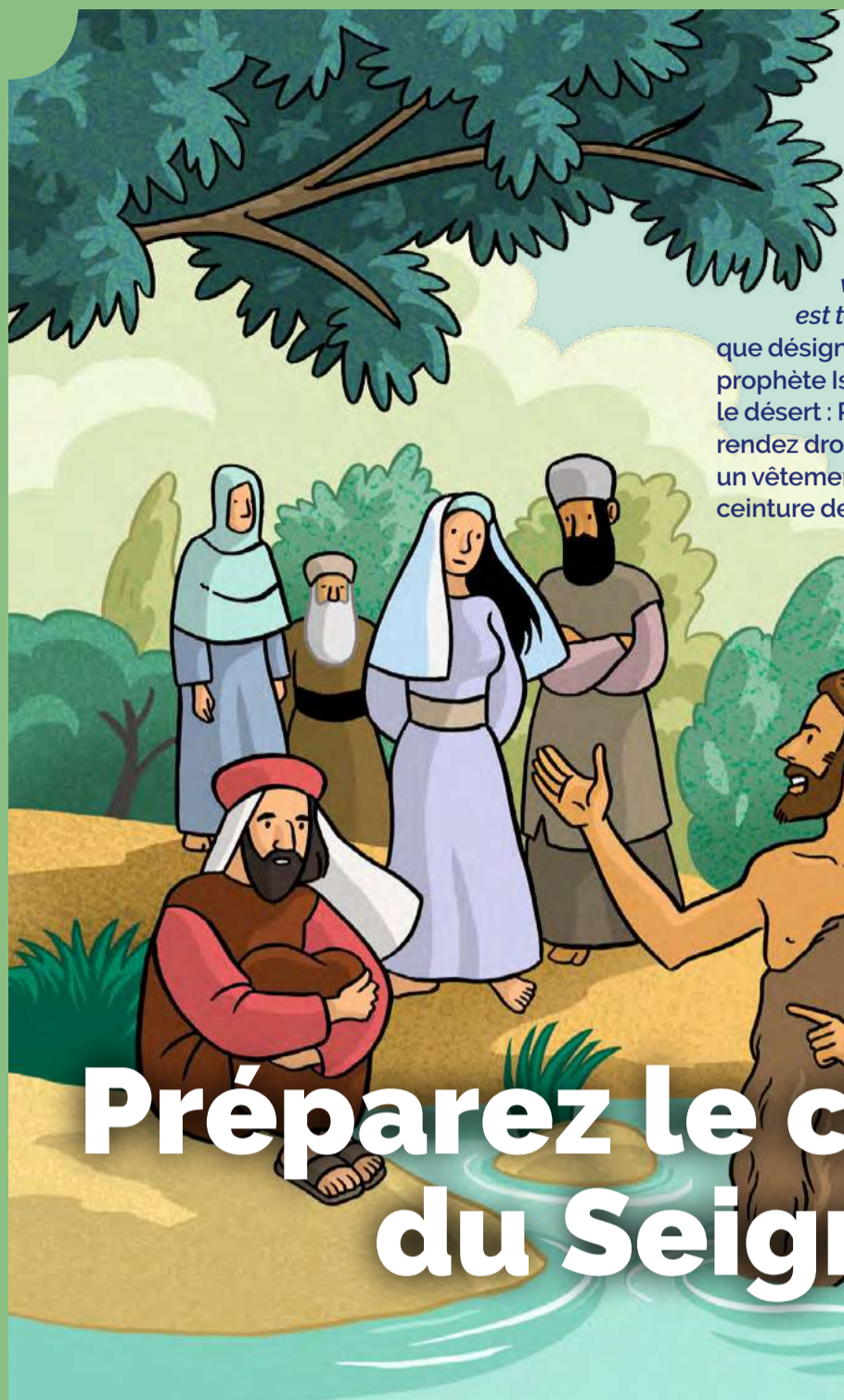
MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

L'Avent, ce n'est pas que la préparation de Noël ! Et pour cause, Jésus est né, à Bethléem, il y a plus de 2000 ans. En toute humilité, il a partagé notre humanité et nous a fait cadeau de sa vie.

L'évangile de ce dimanche nous rappelle qu'il reviendra, un jour, « dans la gloire », et que tous le verront. Quand ? Nul ne le sait. C'est pour cela qu'il faut dès maintenant se préparer à l'accueillir. Comment ? Les autres dimanches de l'Avent vont nous permettre de le découvrir.

Joseph Herveau, responsable national de l'animation pastorale du Secrétariat général de l'Enseignement catholique (SGEC)





ÉVANGILE

(Mt 3, 1-12)

En ces jours-là, paraît Jean le Baptiste, qui proclame dans le désert de Judée : « *Convertissez-vous, car le royaume des Cieux est tout proche.* » Jean est celui

que désignait la parole prononcée par le prophète Isaïe : Voix de celui qui crie dans le désert : Préparez le chemin du Seigneur, rendez droits ses sentiers. Lui, Jean, portait un vêtement de poils de chameau, et une ceinture de cuir autour des reins ; il avait pour nourriture des sauterelles et du miel sauvage.

Alors Jérusalem, toute la Judée et toute la région du Jourdain

se rendaient auprès de lui, et ils étaient baptisés par lui dans le Jourdain en reconnaissant leurs péchés. Voyant beaucoup de pharisiens et de sadducéens se présenter à son baptême, il leur dit : « *Engeance de vipères ! Qui vous a appris à fuir la colère qui vient ? Produisez donc un fruit digne de la conversion. N'allez pas dire en vous-mêmes : "Nous avons Abraham pour père" ; car, je vous le dis : des pierres que voici, Dieu peut faire surgir des enfants à Abraham. Déjà la cognée se trouve à la racine des arbres : tout arbre qui ne produit pas de bons fruits va être coupé et jeté au feu. Moi, je vous baptise dans l'eau, en vue de la conversion. Mais celui qui vient derrière moi est plus fort que moi, et je ne suis pas digne de lui retirer ses sandales. Lui vous baptisera dans l'Esprit Saint et le feu. Il tient dans sa main la pelle à vanner, il va nettoyer son aire à battre le blé, et il amassera son grain dans le grenier ; quant à la paille, il la brûlera au feu qui ne s'éteint pas.* »
– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

Préparez le chemin du Seigneur

4 décembre 2022

Faire quelque chose pour soi

Pour préparer le chemin vers Noël en famille, nous pouvons réfléchir à ce qui peut rendre service : ranger la maison, la décorer... Ensemble, préparons le chemin de table pour le repas de Noël, avec des éléments rappelant les thèmes de l'Évangile : un joli plat avec de l'eau et des bougies flottantes ainsi qu'une jolie décoration de fruits de saison.

Faire quelque chose pour les autres

Préparer le chemin vers Noël, c'est aussi penser à ceux qui sont seuls. Nous avons toujours une place à table pour accueillir une personne seule.



ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

La boîte à dons



PRIÈRE

Ô Dieu éternel,
Tu nous invites
à prendre notre
place dans la
communion des saints.
Tu nous as équipés pour
de nombreux ministères.
Certains sont appelés à
proclamer la bonne nouvelle.
D'autres sont appelés à prendre
soin des vulnérables, à protéger
les opprimés et à prendre soin
de la Création.

Église unie du Canada

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

Jean-Baptiste nous aide à comprendre en quoi consiste l'attente de Jésus. Il s'agit de se laisser transformer par l'Esprit Saint reçu lors de notre baptême et qui nous donne de le reconnaître. Mais également de distinguer dans notre vie ce qui est essentiel de ce qui ne l'est pas. Un peu comme le blé qu'on garde et la paille qu'on jette. C'est une attente active pendant laquelle nous apprenons à faire de la place en nous pour accueillir l'Esprit Saint.

Joseph Herveau (SGEC)

« Tous ceux qui feront appel au Seigneur seront sauvés. »

Romain 10 :13

Se tourner vers le Seigneur

Relis ton année. Je prends le temps de relire l'année écoulée, pour y trouver à quoi le Seigneur m'appelle.



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

ÉVANGILE

(Mt 11, 2-11)

En ce temps-là, Jean le Baptiste entendit parler, dans sa prison, des œuvres réalisées par le Christ. Il lui envoya ses disciples et, par eux, lui demanda : « Es-tu celui qui doit venir, ou devons-nous en attendre un autre ? » Jésus leur répondit : « Allez annoncer à Jean ce que vous entendez et voyez : Les aveugles retrouvent la vue, et les boiteux marchent, les lépreux sont purifiés, et les sourds entendent, les morts ressuscitent, et les pauvres reçoivent la Bonne Nouvelle. Heureux celui pour qui je ne suis pas une occasion de chute ! » Tandis que les envoyés de Jean s'en allaient, Jésus se mit à dire aux foules à propos de Jean : « Qu'êtes-vous allés regarder au désert ? un roseau agité par le vent ? Alors, qu'êtes-vous donc allés voir ? un homme habillé de façon raffinée ? Mais ceux qui portent de tels vêtements vivent dans les palais des rois. Alors, qu'êtes-vous allés voir ? un prophète ? Oui, je vous le dis, et bien plus qu'un prophète. C'est de lui qu'il est écrit : Voici que j'envoie mon messager en avant de toi, pour préparer le chemin devant toi. Amen, je vous le dis : Parmi ceux qui sont nés d'une femme, personne ne s'est levé de plus grand que Jean le Baptiste ; et cependant le plus petit dans le royaume des Cieux est plus grand que lui. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

Marchez dans les pas du Seigneur



Faire quelque chose pour soi

Comment peut-on témoigner de la Bonne Nouvelle au quotidien ? En souriant, en remerciant, en félicitant, en encourageant, en étant attentif et bienveillant... Tout cela peut être appliqué en famille, à l'école, au travail, mais également dans un magasin ou dans le bus. Essayons, c'est tellement plus agréable !

Faire quelque chose pour les autres

L'Avent est l'occasion d'envoyer des messages d'espérance à ceux qui sont seuls ou dans la souffrance : maisons de retraites, hôpitaux, prisons...

Se tourner vers le Seigneur

Souviens-toi de tes soutiens. Jésus met sur notre chemin des personnes qui nous rapprochent de lui. Recherche dans ton cœur les bonnes personnes que tu connais, qui t'aident à cheminer.

11 décembre 2022

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Étoile de Noël à messages



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

PRIÈRE

*Merci, mon Dieu,
pour toutes les inspirations,
Dont ta bonté me comble,
Pour ces illuminations
intérieures de l'âme,
Qu'on ne peut pas exprimer,
mais que le cœur ressent.*

Sainte Faustine

« Tu marcheras devant
pour conduire nos pas
au chemin de la paix. »

Saint Luc 1, 79

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

Jésus vient nous apporter une « Bonne nouvelle » très concrète. Il est là pour que les aveugles voient, que les sourds entendent, que ceux qui souffrent soient soulagés et que la mort disparaisse. Voilà l'Évangile ! Demandons-lui de nous guérir, de nous sauver, et de contribuer, nous aussi, à soulager les autres. C'est comme cela également, que nous pouvons nous préparer à la rencontre avec lui.

Joseph Herveau (SGEC)



Faites confiance



ÉVANGILE

(Mt 1, 18-24)

Voici comment fut engendré Jésus Christ : Marie, sa mère, avait été accordée en mariage à Joseph ; avant qu'ils aient habité ensemble, elle fut enceinte par l'action de l'Esprit Saint. Joseph, son époux, qui était un homme juste, et ne voulait pas la dénoncer publiquement, décida de la renvoyer en secret. Comme il avait formé ce projet, voici que 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, puisque l'enfant qui est engendré en elle vient de l'Esprit Saint ; elle enfantera un fils, et tu lui donneras le nom de Jésus (c'est-à-dire : Le-Seigneur-sauve), car c'est lui qui sauvera son peuple de ses péchés.* » Tout cela est arrivé pour que soit accomplie la parole du Seigneur prononcée par le prophète : Voici que la Vierge concevra, et elle enfantera un fils ; on lui donnera le nom d'Emmanuel, qui se traduit : « Dieu-avec-nous ». Quand Joseph se réveilla, il fit ce que l'ange du Seigneur lui avait prescrit : il prit chez lui son épouse.
– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

18 décembre 2022

Faire quelque chose pour soi

Au sein de la famille, nous devons prendre conscience de nos différences, accepter l'autre tel qu'il est et, comme Joseph, faire confiance. Profitons de l'Avent pour effectuer ce travail et s'écouter dans le respect de nos différences.

« L'Amour est au fond, l'unique lumière, qui illumine sans cesse, à nouveau, un monde dans l'obscurité. »

Le Pape François

Faire quelque chose pour les autres

Soyons tous attentifs aux autres et notamment à ceux qui peuvent être différents de nous : le camarade de classe en situation de handicap, les réfugiés, les plus défavorisés... Nous sommes tous une pierre de l'édifice.

Se tourner vers le Seigneur

Fais grandir ta confiance. Prends un temps pour te recueillir et sentir la présence du Seigneur dans ta vie.

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Des anges pour décorer la maison



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

PRIÈRE

*Ne crains pas,
je suis ton Dieu,
C'est moi qui t'ai choisi,
appelé par ton nom.
Tu as du prix à mes yeux
et je t'aime.
Ne crains pas
car je suis avec toi.*

Fr. J.-B. du Jonchay, o.c.d.



MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

Dieu accomplit dans nos vies des choses étonnantes. Pour cela, il faut apprendre à lui faire confiance, sans peur. C'est l'expérience que fait Joseph en accueillant le tout petit Jésus qui grandit déjà en Marie. Il est invité à ne craindre ni le regard des autres, ni son propre regard sur une situation qui le dépasse, mais seulement à ouvrir son cœur, pour laisser Dieu agir. Lorsque nous n'y arrivons pas, n'ayons pas peur de demander à Saint Joseph son aide. C'est un expert !

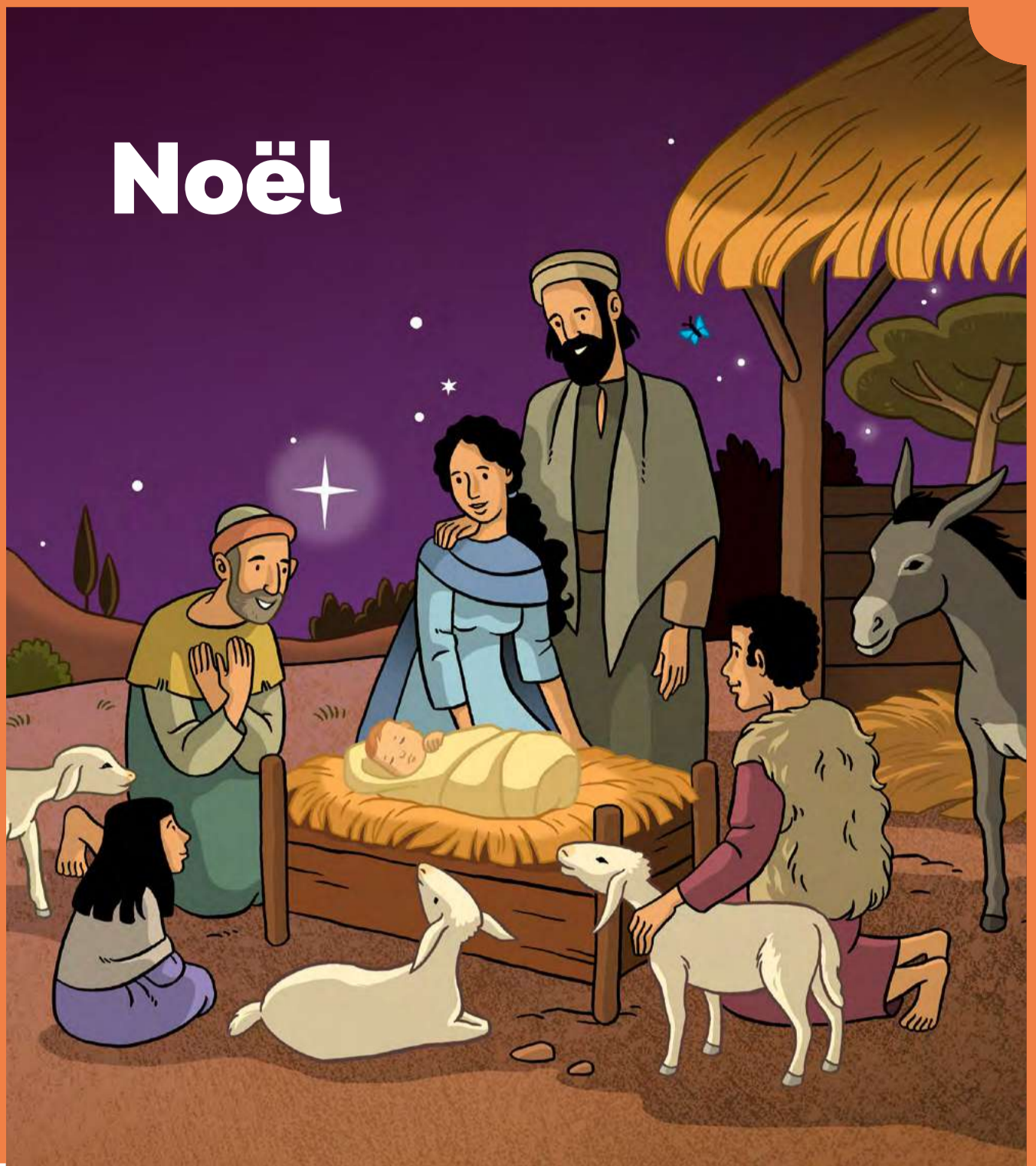
Joseph Herveau (SGEC)

En ces jours-là, parut un édit de l'empereur Auguste, ordonnant de recenser toute la terre – ce premier recensement eut lieu lorsque Quirinius était gouverneur de Syrie. Et tous allaient se faire recenser, chacun dans sa ville d'origine. Joseph, lui aussi, monta de Galilée, depuis la ville de Nazareth, vers la Judée, jusqu'à la ville de David appelée Bethléem. Il était en effet de la maison et de la lignée de David. Il venait se faire recenser avec Marie, qui lui avait été accordée en mariage et qui était enceinte. Or, pendant qu'ils étaient là, le temps où elle devait enfanter fut accompli. Et elle mit au monde son fils premier-né ; elle l'emballota et le coucha dans une mangeoire, car il n'y avait pas de place pour eux dans la salle commune. Dans la même région, il y avait des bergers qui vivaient dehors et passaient la nuit dans les champs pour garder leurs troupeaux. L'ange du Seigneur se présenta devant eux, et la gloire du Seigneur les enveloppa de sa lumière. Ils furent saisis d'une grande crainte. Alors l'ange leur dit : « Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une bonne nouvelle, qui sera une grande joie pour tout le peuple : Aujourd'hui, dans la ville de David, vous est né un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur. Et voici le signe qui vous est donné : vous trouverez un nouveau-né emmaillotté et couché dans une mangeoire. » Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en disant : « Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'il aime. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

Noël

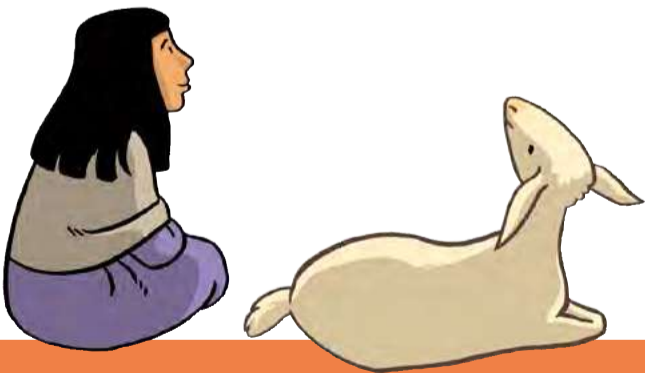


Faire quelque chose pour soi

Pour fêter la naissance de Jésus, préparons des chants en famille afin d'offrir un temps de joie le jour de Noël devant tous les invités.

Faire quelque chose pour les autres

Montrons à tout le monde la joie d'accueillir la naissance de Jésus Christ dans la lumière et disposons des petits lumignons sur notre fenêtre le 24 décembre à la nuit tombée.



« Viens, Ô Sauveur ! Viens et sois notre Prince de la paix ! »

P. Charles Singer

Se tourner vers le Seigneur

Réjouis-toi ! L'anniversaire de la naissance du Seigneur est l'occasion de se retrouver en famille et de se réjouir du bonheur de cette rencontre dans la simplicité. Prends le temps de rendre grâce pour chacune des personnes qui t'entourent en ce jour de fête.

25
décembre

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Des décoration pour la table de Noël



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

PRIÈRE

*Mon Dieu, mon Dieu !
C'est une nuit d'hiver
que Tu es né,
Mais nulle nuit n'est si noire
que Tu viennes l'habiter.
Tu viens dans la mienne
avec Tes yeux d'innocence.
Chaque mouvement de mon cœur
veut Te bercer.*

www.diocesedelaval.fr

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

Il y a plus de 2000 ans, Jésus naissait. C'est la grande fête que nous célébrons à Noël.

Dieu s'est fait petit enfant pour venir nous rejoindre, et pour que nous n'ayons pas peur de lui donner la main, de le prendre dans nos bras. C'est une grande joie pour les petits et les pauvres, qu'il visite en premier. Le véritable cadeau qui nous est fait à Noël, c'est, peut-être, lorsque nous réalisons que quand nous prenons la main des petits, des fragiles et de tous ceux qui ont besoin de nous, en réalité, c'est Dieu qui met sa main dans la nôtre.

Joseph Herveau (SGEC)

ÉVANGILE

(Mt 2, 1-12)

Jésus était né à Bethléem en Judée, au temps du roi Hérode le Grand. Or, voici que des mages venus d'Orient arrivèrent à Jérusalem et demandèrent : « Où est le roi des Juifs qui vient de naître ? Nous avons vu son étoile à l'orient et nous sommes venus nous prosterner devant lui. » En apprenant cela, le roi Hérode fut bouleversé, et tout Jérusalem avec lui. Il réunit tous les grands prêtres et les scribes du peuple, pour leur demander où devait naître le Christ. Ils lui répondirent : « À Bethléem en Judée, car voici ce qui est écrit par le prophète : Et toi, Bethléem, terre de Juda, tu n'es certes pas le dernier parmi les chefs-lieux de Juda, car de toi sortira un chef, qui sera le berger de mon peuple Israël. » Alors Hérode convoqua les mages en secret pour leur faire préciser à quelle date l'étoile était apparue ; puis il les envoya à Bethléem, en leur disant : « Allez-vous renseigner avec précision sur l'enfant. Et quand vous l'aurez trouvé, venez me l'annoncer pour que j'aille, moi aussi, me prosterner devant lui. » Après avoir entendu le roi, ils partirent. Et voici que l'étoile qu'ils avaient vue à l'orient les précédait, jusqu'à ce qu'elle vienne s'arrêter au-dessus de l'endroit où se trouvait l'enfant. Quand ils virent l'étoile, ils se réjouirent d'une très grande joie. Ils entrèrent dans la maison, ils virent l'enfant avec Marie sa mère ; et, tombant à

Adorez le Seigneur

ses pieds, ils se prosternèrent devant lui. Ils ouvrirent leurs coffrets, et lui offrirent leurs présents : de l'or, de l'encens et de la myrrhe. Mais, avertis en songe de ne pas retourner chez Hérode, ils regagnèrent leur pays par un autre chemin.
– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris



8 janvier 2023

Faire quelque chose pour soi

Dans une démarche d'humilité, partageons un moment de prière en famille devant la crèche en avançant symboliquement les santons des Rois Mages. Prosternons-nous devant Jésus nouveau-né.

Faire quelque chose pour les autres

Nous pouvons confectionner une galette avec de bons produits et l'offrir comme les Rois Mages offrent de précieux cadeaux.

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Des images des Rois Mages à donner avec la galette



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

PRIÈRE

Vois, Seigneur, comme les mages,
Nous venons de chez nous pour
chercher auprès de toi la paix et la joie.
Nous venons de partout pour t'entendre
Nous dire des mots d'amour
pour tout le monde.

Et toi, Jésus, tu nous reçois tous
et tu nous dis :

« Me voici, je me donne à vous comme
un cadeau pour vous tous !

Servez-vous ! Près de moi, vous
trouverez le plus grand bonheur. »

sitecoles.enseignement-catholique.fr

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

En Jésus, Dieu se laisse trouver. Comme ces mages qui ont suivi une étoile... et ont découvert Jésus, le vrai roi. Hérode, lui, était censé le connaître et le reconnaître. Mais son cœur était fermé et il craignait pour son trône... N'ayons pas peur, Dieu ne veut rien nous prendre mais tout nous donner. Comme les mages, nous pouvons lui offrir ce qui est le plus précieux. Ce n'est ni de l'or ni du parfum : seulement notre cœur. Alors suivons nous aussi, l'étoile !

Joseph Herveau (SGEC)

« Se dévoile ainsi la merveilleuse réalité de Dieu qui est venu pour tous. »

Pape François

Se tourner vers le Seigneur

Va vers les autres. Cette fête de l'Épiphanie est l'occasion de te rappeler de ne pas craindre de sortir de ta zone de confort pour aller vers l'autre, les autres. Réfléchis à ce que tu peux faire pour te tourner vers le plus pauvre, le plus démuné. Participer à une soupe populaire, offrir de ton temps pour aller à la rencontre de personnes âgées ou isolées, etc. ?

