

Paroisse Catholique  
Moutier



**« Là où se trouve une volonté, il  
existe un chemin. »**

**Livret de Carême 2021**



# Les soupes

## « autrement »

Comme vous le savez certainement, la situation sanitaire nous pousse en dehors de nos zones de confort et nous oblige à trouver des alternatives à presque tout.

Les soupes de carême n'y font pas exception et c'est avec joie que nous vous proposons de vivre ce temps de carême ensemble malgré les contraintes.

Pour cela, vous trouverez dans ce petit carnet, des activités, des temps de prières, des réflexions à vivre en famille, en couple ou pour soi.

Nous y avons ajouté 5 recettes de soupes à confectionner à la maison chaque vendredi. Ainsi, même si nous ne sommes pas réunis ensemble « physiquement » nous le serons par la pensée et la dégustation d'une même soupe.

Sentez-vous libre d'adapter les propositions que vous trouverez dans ce carnet pour qu'elles vous conviennent au mieux. Habituellement, les soupes de carême sont aussi signe de notre solidarité envers les plus démunis de notre planète. L'*Action de Carême* soutient notamment des projets pour une justice climatique. L'argent de vos efforts de carême (une soupe coûte moins cher qu'un repas habituel) peut être collecté dans les pochettes que vous trouverez à disposition avec les enveloppes de carême à l'entrée de l'église.

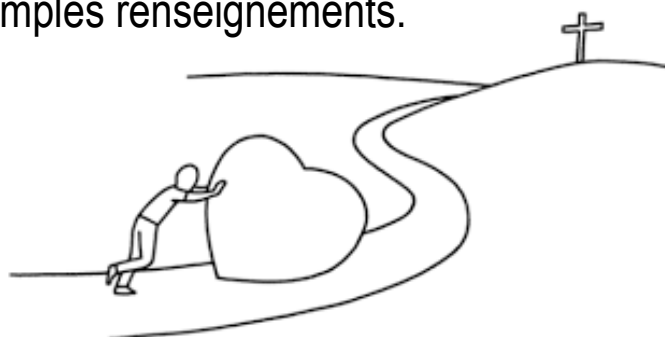


Durant la semaine Sainte, nous prévoyons des activités pour les jeunes et les familles ainsi que des conférences. Mais leur mise en oeuvre dépendra de l'évolution sanitaire et des restrictions imposées.

Nous vous invitons donc, en tout temps, à consulter le site [www.notredame.ch](http://www.notredame.ch) pour vous tenir informés. Le secrétariat et les feuilles dominicales sont également à votre disposition pour de plus amples renseignements.

Agréable Carême à vous et à vos proches !

Prenez soin de vous...



# Dans notre paroisse

*Le nombre de personnes par célébration est limité à 50 !*

*Pensez à vous inscrire au secrétariat si vous souhaitez garantir votre place.*

## Les célébrations à Notre-Dame :

Chaque mercredi à 8h30, célébration eucharistique

Chaque samedi à 17h30, célébration eucharistique

Chaque dimanche à 10h15, célébration eucharistique

## Les célébrations à Crémines :

07.03.2021 à 08h45

**i** *Le nombre de personnes est limité à 15 !*

## Temps de prière :

Chaque lundi à 19h15 à Notre-Dame, temps de prière

07.03.2021 à 15h00 à Notre-Dame, Adoration de la Divine Miséricorde



# En cas de besoin

## Secrétariat

### HEURES D'OUVERTURE

Mardi, mercredi et vendredi de 9h à 11h et de 14h à 17h

Jeudi de 9h à 11h et de 14h à 18h

[secretariat@notredame.ch](mailto:secretariat@notredame.ch)

[www.notredame.ch](http://www.notredame.ch)

### En cas d'urgence :

Décès / funérailles : **077 426 12 51**

Conciergerie / sacristain : **079 839 13 60**

## Rencar

Envie de parler à quelqu'un ?

Vous pouvez joindre l'équipe du Rencar par téléphone du lundi au vendredi de 9h à 19h au **079 775 33 88**

## Entraide communautaire

### **Pouvez-vous rendre service ou avez-vous besoin d'aide ?**

Contactez le service de la Jeunesse et des Actions Communautaires par téléphone ou par courriel avec tous les détails concernant vos disponibilités ou vos demandes d'aide.

Le service est atteignable comme suit :

Par téléphone au **032 493 10 11** de 13h30 à 17h30 les jours de semaine

Par courriel à l'adresse [entraide@moutier.ch](mailto:entraide@moutier.ch)

## Bibliothèque

La bibliothèque municipale a mis en place un système de prêt à domicile.  
Les personnes intéressées peuvent se renseigner au **032 493 59 69**

# 1<sup>er</sup> dimanche de Carême

« Jésus fut tenté par Satan, et les anges le servaient »  
(Mc 1, 12-15)

Jésus venait d'être baptisé.

Aussitôt l'Esprit le pousse au désert et, dans le désert, il resta quarante jours, tenté par Satan.

Il vivait parmi les bêtes sauvages, et les anges le servaient.

Après l'arrestation de Jean, Jésus partit pour la Galilée proclamer l'Évangile de Dieu ; il disait :

« Les temps sont accomplis : le règne de Dieu est tout proche. Convertissez-vous et croyez à l'Évangile. »



## Le CARÊME c'est :

**40 jours** pour se préparer à la fête de **PÂQUES**.

**40 jours** pour se retourner vers Dieu.

## Jésus nous donne plusieurs moyens pour avancer :

**La prière :** pour consacrer du temps à Dieu, rien que pour lui, comme à un ami qu'on aime.

**Le partage :** pour montrer que l'amour que nous devons avoir les uns pour les autres est vrai, qu'il n'est pas seulement dans les mots mais dans les actes. C'est une des formes de la charité.

**Le jeûne :** pour faire de la place dans son cœur, sortir de ses habitudes de confort, et ainsi être plus disponible à Dieu et aux autres.

**Le sacrement de Réconciliation :**  
pour préparer son cœur et se rapprocher de Jésus.

## Pour les plus jeunes

### Ma plante du carême

(Annexe 1 à la fin du carnet)

Chaque soir de carême à partir du mercredi des Cendres, tu colories une feuille, selon la « couleur » de ta journée :

**Noir** : tu étais coléreux, tu t'es disputé avec tes amis, en famille ...

**Gris** : tu étais triste, tu n'as pas eu envie d'être aimable ...

**Vert** : tu as rendu service, tu as partagé, tu as fait la paix ...

**Jaune** : tu as rendu tout le monde heureux par ta bonne humeur, ton sourire ...

Le jour des Rameaux tu colories le cocon

Et le jour de Pâques, tu colories le papillon

## Pour les plus grands

**Jésus ne part pas seul au désert.  
Il est accompagné...**

*Je prends un moment pour moi,  
dans le calme et je m'interroge :*

Dans les moments difficiles de ma vie, est-ce que je demande à Dieu son Esprit Saint ?

A quel moment je me sens moi aussi « tenté » ? Comment je fais face ?

Quand cette voix qui cherche à me décourager résonne en moi, comment est-ce que j'arrive à la faire taire ? Qu'est ce qui m'aide ?

# 2<sup>e</sup> dimanche de Carême

## « Celui-ci est mon Fils bien-aimé »

(Mc 9, 2-10)

En ce temps-là, Jésus prit avec lui Pierre, Jacques et Jean, et les emmena, eux seuls, à l'écart sur une haute montagne. Et il fut transfiguré devant eux. Ses vêtements devinrent resplendissants, d'une blancheur telle que personne sur terre ne peut obtenir une blancheur pareille.

Élie leur apparut avec Moïse, et tous deux s'entretenaient avec Jésus. Pierre alors prend la parole et dit à Jésus :

« Rabbi, il est bon que nous soyons ici ! Dressons donc trois tentes : une pour toi, une pour Moïse, et une pour Élie. »

De fait, Pierre ne savait que dire, tant leur frayeur était grande. Survint une nuée qui les couvrit de son ombre, et de la nuée une voix se fit entendre :

« Celui-ci est mon Fils bien-aimé : écoutez-le ! »

Soudain, regardant tout autour, ils ne virent plus que Jésus seul avec eux.

Ils descendirent de la montagne, et Jésus leur ordonna de ne raconter à



personne ce qu'ils avaient vu, avant que le Fils de l'homme soit ressuscité d'entre les morts. Et ils restèrent fermement attachés à cette parole, tout en se demandant entre eux ce que voulait dire : « ressusciter d'entre les morts ».



Dans notre quotidien...

## ...LA LUMIERE TRANSFIGURE !

Le soleil est toujours rayonnant et lumineux, même s'il se cache derrière les nuages... On ne peut donc pas dire qu'il soit transfiguré. Par contre, lorsqu'il brille sur un coin du jardin qui a été longtemps dans l'obscurité, il transforme cet endroit ! Celui-ci devient plus beau, plus éclatant, plus lumineux et l'on y découvre des couleurs nouvelles, des trésors oubliés... Le petit coin de jardin est comme transfiguré !

## ...L'AMOUR TRANSFIGURE !

Corentin est un petit garçon effacé, un peu triste. A l'école, il ne sourit pas ; il a l'air malheureux. Mais lorsque sa maman arrive pour le chercher le soir, on dirait qu'un soleil se lève pour illuminer son visage : ses yeux, sa bouche, ses lèvres, tout se met à sourire en lui. Il est comme transfiguré !

## ...LE PARDON TRANSFIGURE !

Lorsque l'on pardonne, ou qu'on demande pardon, lorsque l'on se réconcilie avec quelqu'un, c'est comme si tout devenait plus beau, plus léger, plus pur ! Le monde semble transfiguré !

IL FUT TRANSFIGURÉ DEVANT EUX; SON VISAGE DEVINT BRILLANT  
COMME LE SOLEIL, ET SES VÊTEMENTS, BLANCS COMME LA LUMIÈRE.  
( Mt 17, 2 )



## En famille

### Domino à découper

(annexe 3 à la fin du carnet)



*Dieu, tu es Amour et Lumière,  
Par-dessus tout, tu nous aimes et tu nous connais,  
Tu sais que nous existons et qui nous sommes,  
Tu nous connais chacun par notre nom,  
Tu connais tout de notre famille,  
Merci de toujours nous regarder avec Amour.*

# 3<sup>e</sup> dimanche de Carême

« Détruisez ce sanctuaire, et en trois jours je le relèverai »  
(Jn 2, 13-25)

Comme la Pâque juive était proche, Jésus monta à Jérusalem. Dans le Temple, il trouva installés les marchands de bœufs, de brebis et de colombes, et les changeurs.

Il fit un fouet avec des cordes, et les chassa tous du Temple, ainsi que les brebis et les bœufs ; il jeta par terre la monnaie des changeurs, renversa leurs comptoirs, et dit aux marchands de colombes :

« Enlevez cela d'ici. Cessez de faire de la maison de mon Père une maison de commerce. »

Ses disciples se rappelèrent qu'il est écrit : L'amour de ta maison fera mon tourment. Des Juifs l'interpellèrent :

« Quel signe peux-tu nous donner pour agir ainsi ? » Jésus leur répondit : « Détruisez ce sanctuaire, et en trois jours je le relèverai. »

Les Juifs lui répliquèrent : « Il a fallu quarante-six ans pour bâtir ce sanctuaire, et toi, en trois jours tu le relèverais ! »

Mais lui parlait du sanctuaire de son corps. Aussi, quand il se réveilla d'entre les morts, ses disciples se rappelèrent qu'il avait dit cela ; ils crurent à l'Écriture et à la parole que Jésus avait dite.

Pendant qu'il était à Jérusalem pour la fête de la Pâque, beaucoup crurent en son nom, à la vue des signes qu'il accomplissait. Jésus, lui, ne se fiait pas à eux, parce qu'il les connaissait tous et n'avait besoin d'aucun témoignage sur l'homme ; lui-même, en effet, connaissait ce qu'il y a dans l'homme.

Si l'on remplace "La Maison de Mon Père" par "votre cœur", on obtient :

**"Ne faites pas de votre cœur une maison de commerce."**

Dans le commerce, on donne mais on attend quelque chose en retour.  
Donner son cœur se fait gratuitement, sans rien attendre en retour...

En ce temps de Carême, qu'avons-nous à offrir à Dieu ? Avons-nous envie de lui offrir un peu de nous ?



## Pour les plus grands

*Je prends un moment pour moi, dans le calme et je m'interroge*

« Ils crurent... » Mais, croire, c'est quoi ?

Finalement, est-ce que croire c'est être disciple ?

Prenons un fouet, quelle ressemblance y a-t-il entre ce fouet qui, en battant la crème, la transforme en une délicieuse chantilly, et ce que fait Jésus au temple ?

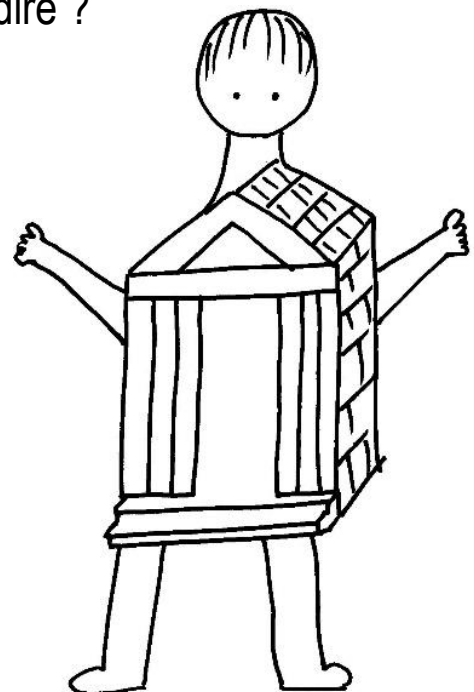
*Mon Seigneur, tu es là.  
Pardon de ne pas toujours  
faire attention à toi.  
Je t'adore, amen.*



## Pour les plus jeunes

À quelle phrase de l'Évangile ce dessin te fait-il penser ?

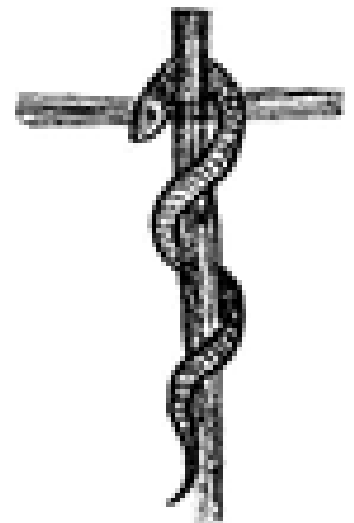
Penses-tu que c'est cela que Jésus a voulu dire ?



# 4<sup>e</sup> dimanche de Carême

« Dieu a envoyé son Fils pour que, par lui, le monde soit sauvé »  
(Jn 3, 14-21)

En ce temps-là, Jésus disait à Nicodème : « De même que le serpent de bronze fut élevé par Moïse dans le désert, ainsi faut-il que le Fils de l'homme soit élevé, afin qu'en lui tout homme qui croit ait la vie éternelle. Car Dieu a tellement aimé le monde qu'il a donné son Fils unique, afin que quiconque croit en lui ne se perde pas, mais obtienne la vie éternelle. Car Dieu a envoyé son Fils dans le monde, non pas pour juger le monde, mais pour que, par lui, le monde soit sauvé. Celui qui croit en lui échappe au Jugement, celui qui ne croit pas est déjà jugé, du fait qu'il n'a pas cru au nom du Fils unique de Dieu. Et le Jugement, le voici : la lumière est venue dans le monde, et les hommes ont préféré les ténèbres à la lumière, parce que leurs œuvres étaient mauvaises. Celui qui fait le mal déteste la lumière : il ne vient pas à la lumière, de peur que ses œuvres ne soient dénoncées ; mais celui qui fait la vérité vient à la lumière, pour qu'il soit manifeste que ses œuvres ont été accomplies en union avec Dieu. »

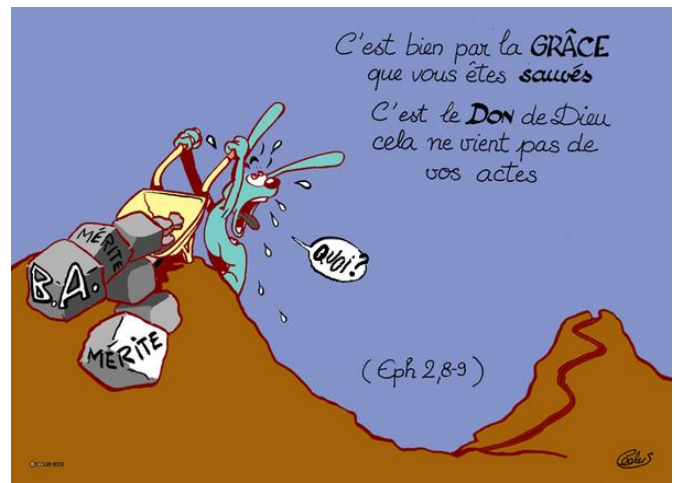


Jésus ne juge pas l'humain qui a péché. Il lui indique un chemin de vie, de lumière, d'amour...

Un chemin de "résurrection", que chacun reste libre de prendre...

Nous sommes libres...

Sur le chemin de l'Amour, Jésus nous propose son aide... Avons-nous envie de le suivre ?



## Pour les plus grands

**« VOICI LA CONDAMNATION : JÉSUS EST VENU ET LES HOMMES ONT PRÉFÉRÉ LE MAL PARCE QU'ILS ÉTAIENT MAUVAIS »**

Juger, ce n'est pas le contraire de sauver, ce n'est pas condamner. La lumière qui vient dans le monde, ce n'est pas seulement Jésus de Nazareth : elle est venue avant lui, elle vient encore ! A quel moment selon toi ?

Les ténèbres : c'est ce que Dieu distingue de la lumière, à l'origine, sans le faire disparaître ; c'est ce dont le Seigneur nous tire.

Pourrait-on dire que « mauvais », signifierait plutôt « rempli de contrariétés » ? Nous pourrions donc penser que parfois les hommes préféreraient les ténèbres parce qu'ils ne sont pas encore prêts ? Parce que leurs œuvres sont encore embrouillées, remplies de contrariétés ? Et si nous préférions les ténèbres, provisoirement, parce que nous avons encore à grandir pour supporter la pleine clarté ? Qu'en dis-tu ?

## Pour les plus jeunes

**Gaspard est tombé dans le trou !**

Toutes les choses et tous les êtres vivants du dessin vont s'y mettre pour le sauver ! Trouve un rôle pour chacun...

**« Car Dieu a envoyé son Fils dans le monde, non pas pour juger le monde, mais pour que, par lui, le monde soit sauvé. »**

Cherche un rapport avec le sauvetage de Gaspard.



# 5<sup>e</sup> dimanche de Carême

« Si le grain de blé tombé en terre meurt, il porte beaucoup de fruit » (Jn 12, 20-33)

En ce temps-là, il y avait quelques Grecs parmi ceux qui étaient montés à Jérusalem pour adorer Dieu pendant la fête de la Pâque. Ils abordèrent Philippe, qui était de Bethsaïde en Galilée, et lui firent cette demande : « Nous voudrions voir Jésus. »

Philippe va le dire à André, et tous deux vont le dire à Jésus. Alors Jésus leur déclare : « L'heure est venue où le Fils de l'homme doit être glorifié. Amen, amen, je vous le dis : si le grain de blé tombé en terre ne meurt pas, il reste seul ; mais s'il meurt, il porte beaucoup de fruit. Qui aime sa vie la perd ; qui s'en détache en ce monde la gardera pour la vie éternelle. Si quelqu'un veut me servir, qu'il me suive ; et là où moi je suis, là aussi sera mon serviteur. Si quelqu'un me sert, mon Père l'honorera. Maintenant mon âme est bouleversée. Que vais-je dire ? "Père, sauve-moi de cette heure" ? – Mais non ! C'est pour cela que je suis parvenu à cette heure-ci ! Père, glorifie ton nom ! » Alors, du ciel vint une voix qui disait : « Je l'ai glorifié et je le glorifierai encore. » En l'entendant, la foule qui se tenait là disait que c'était un coup de tonnerre. D'autres disaient :

« C'est un ange qui lui a parlé. » Mais Jésus leur répondit : « Ce n'est pas pour moi qu'il y a eu cette voix, mais pour vous. Maintenant a lieu le jugement de ce monde ; maintenant le prince de ce monde va être jeté dehors ; et moi, quand j'aurai été élevé de terre, j'attirerai à moi tous les hommes. » Il signifiait par-là de quel genre de mort il allait mourir.



Jésus ne garde pas sa vie pour lui. Il s'en détache ; il la donne...

Il la donne pleinement ; jusqu'à mourir.

La vie de Jésus porte beaucoup de fruits.

La personne qui aime sa vie, qui ne veut pas "l'abîmer", qui désire la préserver, qui ne veut rien donner de soi, qui ne "sort" pas d'elle-même, qui ne regarde pas vers les autres, ne fait rien de sa vie.

C'est comme une vie perdue ; une vie qui n'a servi à rien.

On peut dire la même chose de la personne qui a peur. La peur de l'autre nous enferme souvent en nous-même.

## Pour les plus jeunes

A la fin du carnet, en annexe 2, tu trouveras un petit atelier « plantation »



## Pour les plus grands

Parfois on entend dire :

« ***On n'est pas chrétien tout seul*** »

Vois-tu un rapport avec l'Évangile d'aujourd'hui ?

Que donnons-nous de nos vies ?

Donnons-nous du temps aux autres ?

Donnons-nous du temps à Dieu ?

*Jésus,  
donne-moi d'être,  
comme toi,  
un grain de blé  
qui va porter du fruit,  
amen.*



# Dimanche des Rameaux

« Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur ! »  
(Mc 11, 1-10)

Lorsqu'ils approchent de Jérusalem, vers Bethphagé et Béthanie, près du mont des Oliviers, Jésus envoie deux de ses disciples et leur dit : « Allez au village qui est en face de vous. Dès que vous y entrerez, vous trouverez un petit âne attaché, sur lequel personne ne s'est encore assis. Détachez-le et amenez-le. Si l'on vous dit : 'Que faites-vous là ?', répondez : 'Le Seigneur en a besoin, mais il vous le renverra aussitôt.' » Ils partirent, trouvèrent un petit âne attaché près d'une porte, dehors, dans la rue, et ils le détachèrent. Des gens qui se trouvaient là leur demandaient : « Qu'avez-vous à détacher cet ânon ? » Ils répondirent ce que Jésus leur avait dit, et on les laissa faire. Ils amenèrent le petit âne à Jésus, le couvrirent de leurs manteaux, et Jésus s'assit dessus. Alors, beaucoup de gens étendirent leurs manteaux sur le chemin, d'autres, des feuillages coupés dans les champs. Ceux qui marchaient devant et ceux qui suivaient criaient : « Hosanna ! Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur ! Béni soit le Règne qui vient, celui de David, notre père. Hosanna au plus haut des cieux ! »





## Pour les plus grands

La foule forme un chemin royal en l'honneur de Jésus qu'elle acclame. Est-ce que je crois que Jésus est vraiment le fils de Dieu, le Messie annoncé ?

Est-ce que je joins avec ferveur et confiance ma voix aux cris de joie ?

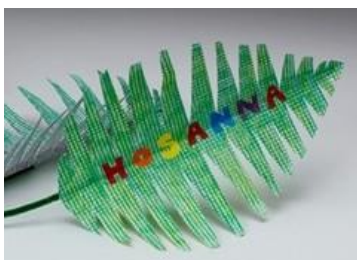
Est-ce que je reconnais la gloire du Christ venu nous sauver ?



## Pour les plus jeunes

### Le Rameau, signe de Dieu à la maison

Après la messe, nous emportons les branchages. Nous nous en servons pour décorer la croix. Ils nous rappelleront que la vie est plus forte que la mort. Ils nous rappelleront que le message d'amour de Jésus est à vivre à tous les instants de notre vie. Ce rameau n'est pas un porte-bonheur, mais le signe de notre engagement à suivre le Christ. Un an plus tard, les rameaux sont desséchés. On peut les apporter à l'église pour qu'ils soient brûlés et qu'ils servent à la messe du mercredi des Cendres, au début du carême. Sur une grande feuille, tu peux toi aussi dessiner un rameau, le décorer et l'accrocher chez toi ! Voici quelques exemples :



# Soupe de Carême

**Suggestion : on peut préparer ces soupes en famille, l'occasion de vivre un échange entre les générations.**

**Que signifie pour nous le sens du partage ? De l'aide à mon prochain ?**

*Toutes les recettes sont comptées pour 4 personnes*

## **Vendredi 19.02.2021 Potage aux courgettes**

**1 c.s** d'huile d'olive

**1** oignon émincé

**3** courgettes coupées en morceaux

**7 dl** de bouillon de légumes

**150 g** de fromage frais (aux fines herbes p. ex.)

sel, poivre, selon le goût

- Faire chauffer l'huile dans une casserole, y faire suer les oignons pendant env. 3 min.
- Ajouter les courgettes, poursuivre la cuisson pendant env. 5 min.
- Ajouter le bouillon et laisser mijoter à petit feu pendant env. 15 min.
- Ajouter le fromage frais, mixer et assaisonner.

## **Vendredi 26.02.2021 Soupe aux carottes et curry**

**600 g** de carottes

**6 portions** de Vache qui rit ® ou Carré Frais ®

**2** oignons

**1 c. à café** de curry

**2** cubes de bouillon de légumes

**2 c. à soupe** d'huile d'olive

**1 l.** d'eau



- Commencez par éplucher vos légumes et coupez-les en morceaux.
- Dans une casserole, faites chauffer l'huile d'olive et ajoutez les légumes. Mélangez et saupoudrez de curry. Ajoutez l'eau et les cubes de bouillon puis laissez cuire 15 min environ.
- Goûtez votre soupe afin de savoir s'il est nécessaire de rajouter du curry, du sel ou poivre selon vos goûts.
- Votre préparation est maintenant presque terminée, il ne vous reste plus qu'à utiliser votre mixeur plongeant pour obtenir la consistance désirée, à ajouter les portions de fromage et à les laisser fondre.

## Vendredi 05.03.2021    Soupe aux légumes

1 poireau  
 6 carottes  
 1 navet  
 1 branche de céleri  
 2 pommes de terre  
 2 tomates  
 1 courgette  
 1 oignon  
 1 bouillon cube  
 10 cl de crème fraîche  
 Beurre



- Peler, laver et couper les légumes en petits morceaux.
- Faire revenir dans le beurre.
- Dans une autre marmite, faire revenir les légumes 5mn, recouvrir d'eau. Ajouter le bouillon cube et faire cuire 30 minutes.

- Lorsque les légumes sont cuits, les mixer et assaisonner à votre goût.
- Ajouter la crème fraîche.
- Mélanger le tout et déguster. Bon appétit !

## Vendredi 12.03.2021    **Soupe alphabet**

**1/5 litres** de bouillon de légumes (200 ml)  
**150 g** de carottes coupées en fines rondelles  
**150 g** de poireaux coupés en rondelles  
**1 feuille** de laurier  
**150 g** de chou frisé coupé en fines lamelles  
**100 g** de pâtes alphabet

- Porter le bouillon à ébullition dans une casserole. Baisser le feu, ajouter les carottes, les poireaux et le laurier, faire cuire à petit feu pendant env. 10 min.
- Ajouter le chou frisé et les pâtes.
- Laisser mijoter le tout pendant env. 7 min.
- Saler et poivrer selon votre goût. Servez.



## Vendredi 19.03.2021    **Velouté à la courge**

**1 c.s** de beurre  
**1** échalote hachée grossièrement  
**800 g** de courge coupée en morceaux (poids final : env. 500 g)  
**6 dl** de bouillon de légumes  
 sel, poivre, selon le goût  
**1** orange blonde

- Faire fondre le beurre dans une casserole et y étuver l'échalote et la courge pendant env. 5 minutes
- Mouiller avec le bouillon, porter à ébullition, baisser le feu puis laisser mijoter à couvert pendant env. 20 minutes.

- Mixer le potage et rectifier l'assaisonnement.
- Presser l'orange et ajouter le jus dans le velouté.

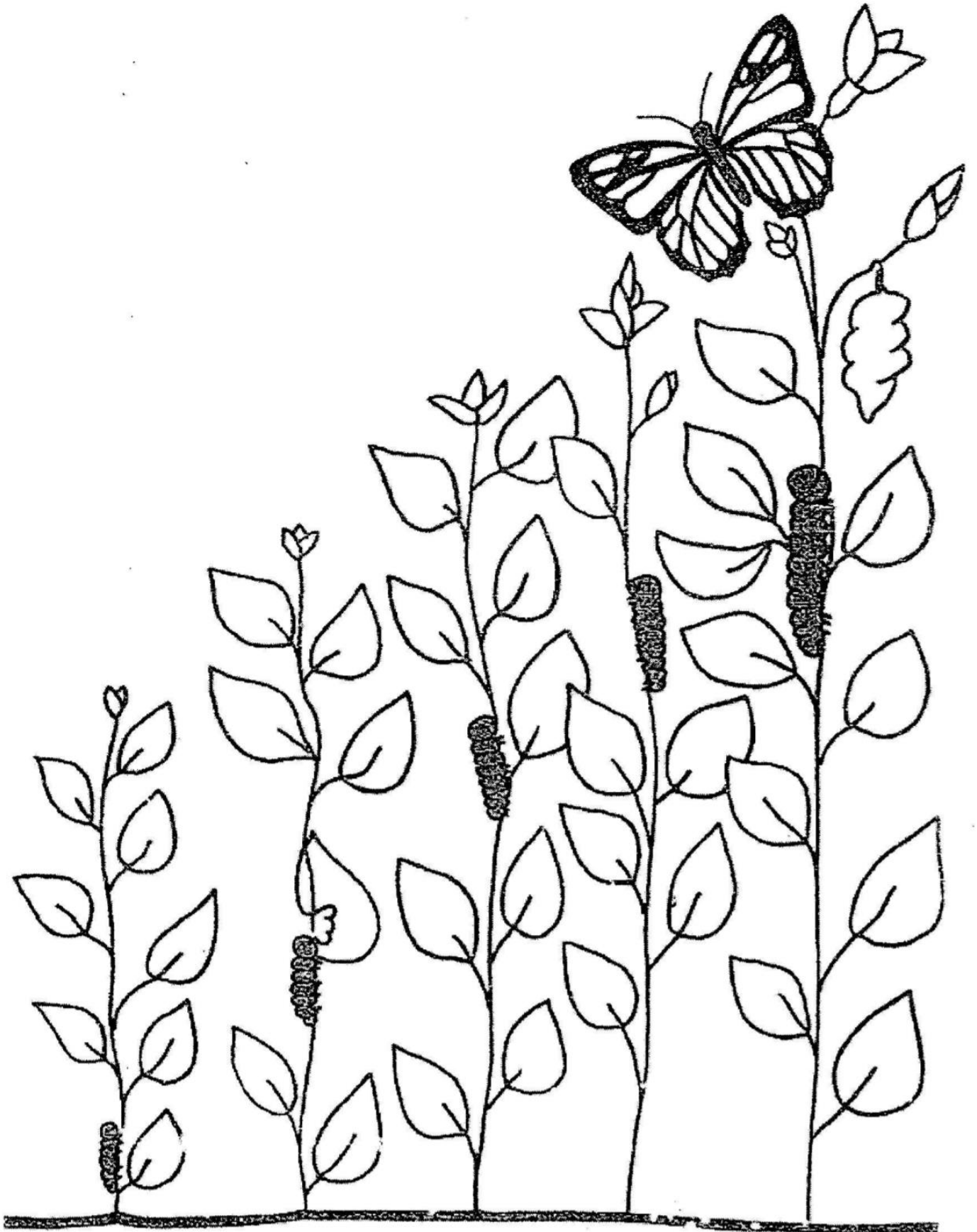
## Vendredi 26.03.2021 Potage à l'orge

1 petit poireau  
**150 g** de carottes  
**150 g** de céleri rave  
 1 oignon  
 2 feuilles de laurier  
 2 clous de girofle  
 1 c.s. de beurre  
**100 g** d'orge perlé  
 1.5 l de bouillon de légumes  
 sel, poivre  
**0.5 dl** de crème (facultatif)  
 1 bouquet de ciboulette



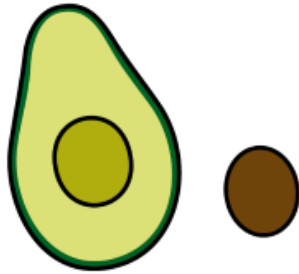
- Fendre le poireau dans la longueur, laver. Peler les carottes et le céleri-rave. Couper tous les légumes en petits morceaux.
- Peler l'oignon, couper en deux, piquer chaque moitié avec 1 feuille de laurier et 1 clou de girofle.
- Faire fondre le beurre dans une grande casserole. Faire revenir tous les légumes env. 5mn.
- Ajouter l'orge perlé et l'oignon piqué, faire revenir un instant.
- Verser le bouillon, porter à ébullition, baisser le feu, laisser mijoter env. 1h30 à couvert sur feu doux. Retirer l'oignon,
- Ajouter la crème, mélanger, le temps de bien faire chauffer. Ciseler la ciboulette, en parsemer la soupe.
- Rectifier l'assaisonnement.

# Annexe 1



# Annexe 2

## Étape 1



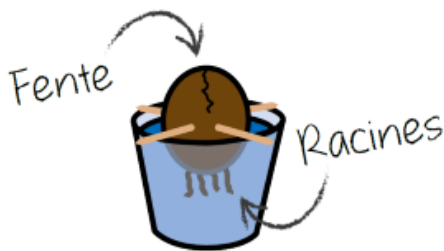
Retirer et nettoyer le noyau.

## Étape 2



Enfoncer dedans quatre cure-dents, poser sur un verre rempli d'eau, pointe vers le haut, de manière à immerger la moitié inférieure du noyau.

## Étape 3



Renouveler l'eau tous les 1 à 2 jours. Au bout de 6 à 8 semaines, le noyau commence à se fendre en haut et des racines apparaissent.

## Étape 4



Dès que la tige atteint env. 15 cm, la recouper à env. 7 cm pour stimuler la croissance.

## Étape 5



Dès que la tige atteint de nouveau env. 15 cm, planter le noyau dans un pot rempli de terreau riche en humus. Placer sur le rebord ensoleillé d'une fenêtre.

## Étape 6



Toujours maintenir le terreau humide. Dès que la tige atteint env. 30 cm, recouper la pointe avec les feuilles supérieures. Rentrer la plante à l'intérieur si la température descend en dessous de 10°C.

# Annexe 3

*Avec l'aide d'un adulte, découpe les dominos figurants sur les pages suivantes.*

Distribue les dominos selon le nombre de joueur :

**Pour 2 joueurs, on distribue sept dominos chacun.**

**Pour 3 joueurs, on en distribue six.**

**Pour 4 joueurs, on en distribue cinq.**

Le reste des dominos constitue la pile.

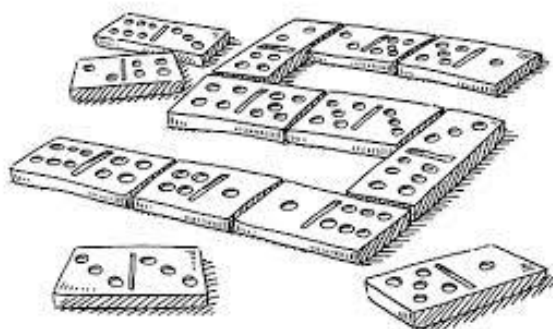
Le premier joueur pose le domino de son choix.

Celui qui suit devra poser un domino avec un côté semblable à la droite ou à la gauche du 1<sup>er</sup> domino.

S'il ne peut pas jouer, il pioche et passe son tour.

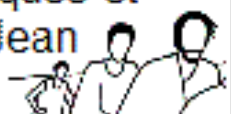

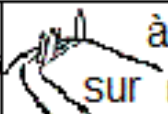
Le gagnant est celui qui n'a plus de dominos.

Le domino blanc constitue le joker.

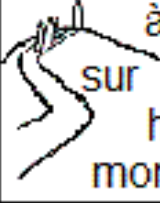
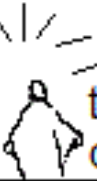






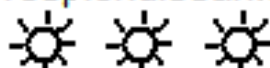





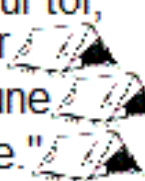






# Annexe 3


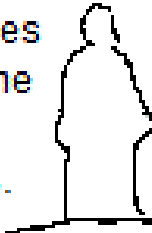








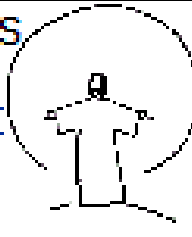
Jésus prend avec lui 	Pierre, Jacques et Jean 	ne peut obtenir une blancheur pareille. 	Elie leur apparut avec Moïse 
Pierre, Jacques et Jean 	et les emmène, eux seuls, 	Elie leur apparut avec Moïse 	et ils s'entretenaient avec Jésus. 
et les emmène, eux seuls, 	à l'écart, sur une haute montagne. 	et ils s'entretenaient avec Jésus. 	Pierre dit à Jésus: 

## Idees-cate




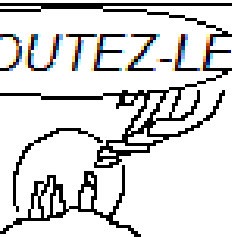
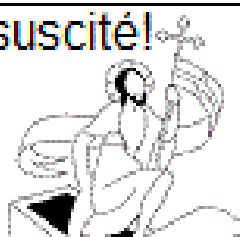
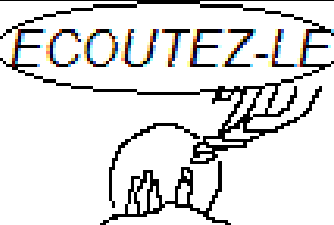
à l'écart, sur une haute montagne. 	Et il fut transfiguré devant eux. 	Pierre dit à Jésus: 	"Il est heureux que nous soyons ici." 
Et il fut transfiguré devant eux. 	Ses vêtements devinrent resplendissants, 	"Il est heureux que nous soyons ici." 	"Dressons trois tentes." 
Ses vêtements devinrent resplendissants, 	d'une blancheur telle 	"Dressons trois tentes." 	"Une pour toi, une pour Moïse, une pour Elie." 
d'une blancheur telle 	que personne sur terre 	"Une pour toi, une pour Moïse, une pour Elie." 	Ils ne savaient que dire tant leur frayeur était grande!
que personne sur terre 	ne peut obtenir une blancheur pareille. 	Ils ne savaient que dire tant leur frayeur était grande!	



# Annexe 3

	 Survint une nuée	Soudain, les disciples ne virent plus que Jésus. 	Descendant la montagne, 
 Survint une nuée	qui les couvrit de son ombre 	Descendant la montagne, 	Jésus leur défendit de raconter 
qui les couvrit de son ombre 	 et de la nuée	Jésus leur défendit de raconter 	ce qu'ils avaient vu, 

## Idees-cate

 et de la nuée	une voix se fit entendre.:	ce qu'ils avaient vu, 	avant que le Fils de l'homme soit
une voix se fit entendre.:	<i>"Celui-ci est mon Fils bien aimé."</i>	avant que le Fils de l'homme soit	Ressuscité! 
<i>"Celui-ci est mon Fils bien aimé."</i>	<b>ÉCOUTEZ-LE</b> 	Ressuscité! 	<b>FIN</b>
<b>ÉCOUTEZ-LE</b> 	Soudain, les disciples ne virent plus que Jésus. 