

AVENT 2024



1

AVENT 1

LA COURONNE DE L' AVENT

LÈVE-TOI ET BRILLE !

SONDAGE : QUE SYMBOLISE SELON TOI LA COURONNE DE L' AVENT ?

1. LA COURONNE DU ROI QUE LES CROYANTS ATTENDENT
2. UNE ROUE DE LA VIE
3. UN RISQUE POUR LES POMPIERS
4. UNE PROJECTION VERS CE QU' ON ATTEND, EN MESURANT COMBIEN ON S' EN RAPPROCHE

QU' EST-CE QUE TU ATTENDS
LE PLUS
AUJOURD' HUI ?

2

AVENT 1

LA COURONNE DE L' AVENT

LÈVE-TOI ET BRILLE !

“LE MATIN, QUAND TU TE RÉVEILLES ET QUE ÇA VA PAS FORT,
CHERCHE LA PETITE LUMIÈRE QUI VA ÉCLAIRER TA JOURNÉE : UN CAFÉ AVEC UNE AMIE,
UNE BALADE, UNE MUSIQUE. SI TU NE LA TROUVES PAS, INVENTES-LÀ ! »
JEANINE BOISSARD

ALLUME UNE BOUGIE
QU' EST CE QUI ILLUMINE TA VIE
ET QUI N' A L' AIR DE RIEN ?

SI TU NE TROUVES PAS,
INVENTE UNE RÉPONSE !

3

AVENT 1

LA COURONNE DE L' AVENT

LÈVE-TOI ET BRILLE !

“NOTRE DIEU EST PLEIN DE TENDRESSE ET DE BONTÉ.
IL FAIT BRILLER SUR NOUS SA LUMIÈRE,
SEMBLABLE À CELLE DU SOLEIL LEVANT. »
LUC 1, 78A

ALLUME UNE BOUGIE ET ÉTEINS LA LUMIÈRE.
COMMENT TE SENS TU ?
C' EST RÉCONFORTANT, NON ?
ALORS, IMAGINE, UN SOLEIL!
RÉCONFORTANT PUISSANCE 1000 !

4

AVENT 1

LA COURONNE DE L' AVENT

LÈVE-TOI ET BRILLE !

“ON PEUT RÉPANDRE LA LUMIÈRE DE DEUX FAÇONS :
ÊTRE LA BOUGIE OU LE MIROIR QUI LA REFLÈTE. ”
EDITH WHARTON

ET TOI, TU TE SENS PLUTÔT BOUGIE OU MIROIR ?
ECRIS LA CITATION SUR LE MIROIR
DE TA SALLE DE BAIN
À L' AIDE D' UN FEUTRE EFFAÇABLE

5

AVENT 1

LA COURONNE DE L' AVENT

LÈVE-TOI ET BRILLE !

JÉSUS DIT :
« MOI, JE SUIS LA LUMIÈRE DU MONDE.
LA PERSONNE QUI ME SUIV
NE MARCHERA PAS DANS LES TÉNÈBRES. »

JEAN 8, 12

FAIS UNE BALADE AUJOURD' HUI
À LA NUIT TOMBÉE
EN T' ÉCLAIRANT AVEC UNE LAMPE DE POCHE.
SI TU LE SENS, TU PEUX PRIER :
« MERCI, DIEU, D' ÉCLAIRER MON CHEMIN ! »

6

AVENT 1

LA COURONNE DE L' AVENT

LÈVE-TOI ET BRILLE !

REGARDEZ COMME UNE SEULE BOUGIE
PEUT À LA FOIS DÉFIER ET DÉFINIR L' OBSCURITÉ

ANNE FRANK

DÉCOUVRE L' HISTOIRE D' ANNE FRANK.
COMMENT CETTE CITATION RÉSONNE POUR TOI
MAINTENANT QUE TU SAIS QUI L' A ÉCRITE ?
INSPIRANT, NON ?



7
AVENT 1
LA COURONNE DE L' AVENT
LÈVE-TOI ET BRILLE !

« LÈVE-TOI, ET BRILLE DE MILLE FEUX,
CAR LA LUMIÈRE SE LÈVE POUR TOI,
LA GLOIRE DU SEIGNEUR
T'ÉCLAIRE COMME LE SOLEIL LEVANT! »

ESAÏE 60,1

CHOISIS TON CHANT PRÉFÉRÉ ICI
VOUS AVEZ CHERCHÉ LUMIÈRE - CANTIQUES.FR

CHANTE CE CHANT À TUE-TÊTE
POUR TE RAPPELER QUE TU ES UNE LUMIÈRE!

8
AVENT 2
BREDLE
PETITS GÂTEAUX DE NOËL
LÈVE-TOI ET PARTAGE !

LA LUMIÈRE, ÇA SE PARTAGE!
"QUAND ON ALLUME UNE LAMPE, ON NE LA MET PAS SOUS UN
SCEAU, AU CONTRAIRE, ET ELLE BRILLE POUR TOUS CEUX QUI
SONT DANS LA MAISON".
MATTHIEU 5, 15

ET TOI, COMMENT PEUX-TU PARTAGER TA LUMIÈRE?
UN JOUR, J'AI TROUVÉ UNE PETITE LUMIÈRE POSÉE DANS MON
PORCHE D'ENTRÉE. C'ÉTAIENT MES VOISINS QUI ME L'AVAIENT
DÉPOSÉE, APRÈS AVOIR VÉCU CET ÉVÈNEMENT: LUMIÈRE DE LA
PAIX DE BETHLÉEM – SCOUTS ET GUIDES DE FRANCE. CA M'A FAIT
TELLEMENT PLAISIR! CA VOULAIT DIRE: «BIENVENUE! SAIS TU QUE
DANS CE NOUVEAU QUARTIER OÙ TU HABITES, TU AS DES AMIS?»

9
AVENT 2
BREDLE
PETITS GÂTEAUX DE NOËL
LÈVE-TOI ET PARTAGE !

'UNE DES PLUS ANCIENNES TRADITIONS DE
NOËL EST CELLE DE LA FABRICATION DE
BREDLE.
LE BUT ? CUISINER EN FAMILLE,
OFFRIR UNE DOUCEUR À CEUX QU'ON
ACCUEILLE,
PARTAGER UN SAVOIR-FAIRE.

SONDAGE: TU ES PLUTÔT...
C'EST LA QUANTITÉ QUI COMPTE?
C'EST LA DIVERSITÉ QUI COMPTE?
C'EST L'ESTHÉTIQUE QUI COMPTE?
C'EST LE BEURRE QUI COMPTE?
ALLEZ, ON PÂTISSE! C'EST QUOI, TA RECETTE PRÉFÉRÉE?
FAIS TA RECETTE PRÉFÉRÉE ET ENVOIE-NOUS UNE PHOTO !

10
AVENT 2
BREDLE
PETITS GÂTEAUX DE NOËL
LÈVE-TOI ET PARTAGE !

"IL EST GRAND TEMPS DE RALLUMER LES ÉTOILES"
APOLLINAIRE
AUTREFOIS, ON ACCROCHAIT LES BREDLE AU SAPIN DE NOËL POUR LE
DÉCORER. AUJOURD'HUI, ON A DES DÉCORATIONS PLUS MODERNES,
MAIS CERTAINS SYMBOLES SONT TOUJOURS LÀ, COMME L'ÉTOILE.

FABRIQUE TON ÉTOILE DE L' AVENT
POUR PARTAGER TA LUMIÈRE !

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?
V=NC4FJHWK8RS](https://www.youtube.com/watch?v=NC4FJHWK8RS)

11
AVENT 2
BREDLE
PETITS GÂTEAUX DE NOËL
LÈVE-TOI ET PARTAGE !

UN AMI MONTRE SON AFFECTION
EN TOUTE CIRCONSTANCES.
UN FRÈRE EST FAIT POUR PARTAGER LES
DIFFICULTÉS. »
PROVERBES 17,17

PARTAGER, C'EST PARFOIS FAIRE UN BOUT DE CHEMIN
AVEC CERTAINES PERSONNES. LES ACCUEILLIR, LES AIMER,
LES CHOUCROUTER.
TÉLÉPHONE OU ÉCRIS À QUELQU'UN
À QUI TU N'AS PAS PARLÉ DEPUIS LONGTEMPS
ET QUI EST IMPORTANT POUR TOI ! FAIS-TOI PLAISIR!

12
AVENT 2
BREDLE
PETITS GÂTEAUX DE NOËL
LÈVE-TOI ET PARTAGE !

"MAIS, SI TU M' APPRIVOISES,
NOUS AURONS BESOIN L' UN DE L' AUTRE.
TU SERAS POUR MOI UNIQUE AU MONDE.
JE SERAI POUR TOI UNIQUE AU MONDE. "
LE PETIT PRINCE, SAINT EXUPÉRY.

L'AMITIÉ, LE PARTAGE,
ÇA S'APPREND !
ON NE NAIT PAS AMI, ON LE DEVIENT!
QU'EN PENSES-TU ?
AS-TU DÉJÀ DISCUTÉ AVEC TES AMIS
DE CE QUI COMPTE
POUR ELLES ET EUX DANS L'AMITIÉ ?



13
AVENT 2
BREDLE
PETITS GÂTEAUX DE NOËL
LÈVE-TOI ET PARTAGE !

**UNE TRADITION COMMENCE
LA PREMIÈRE FOIS**

PROVERBE ARABE

INVENTE UNE TRADITION!
**PRENDS DU TEMPS AVEC TA FAMILLE OU TES AMIS ET FAITES QUELQUE CHOSE
QUE VOUS N'AVEZ PAS L'HABITUDE DE FAIRE :**
**UNE PROMENADE, CUISINEZ ENSEMBLE,
PARLEZ, RACONTEZ-VOUS UNE HISTOIRE,
FAITES UN JEU DE SOCIÉTÉ
DÉGUISEZ-VOUS EN SANTONS DE LA CRÈCHE...**

14
AVENT 2
BREDLE
PETITS GÂTEAUX DE NOËL
LÈVE-TOI ET PARTAGE !

LA BIBLE NOUS RACONTE QUE QUAND JÉSUS EST NÉ,
IL A ÉTÉ COUCHÉ DANS UNE MANGEOIRE POUR LES ANIMAUX.
LES PREMIERS QUI ONT ÉTÉ AVERTI DE SA NAISSANCE ÉTAIENT DES BERGERS
QUI S'OCCUPAIENT DE LEURS MOUTONS. ILS ONT TOUT DE SUITE ACCOURU POUR LE
VOIR... FINALEMENT, L'HISTOIRE DE NOËL C'EST AUSSI ÇA: POUR VENIR VOIR JÉSUS,
PAS BESOIN D'ÊTRE UN VIP.
C'EST COMME CHEZ MACDO, VIENS COMME TU ES!

**PROPOSE DE FAIRE LES JOURS PROCHAINS
UN REPAS MAISON « COMME AU MACDO »
POUR TE RAPPELER QUE DIEU AIME NOUS
RENCONTRER « COMME ON EST ».
(NON, TU NE PROPOSERAS PAS
DE CHANGER LE MENU TRADITIONNEL DE
NOËL POUR UN MACDO,
LÀ, ÇA VA TROP LOIN 😊)**

15
AVENT 3
SAPIN DE NOËL
LÈVE-TOI ET PREND SOIN !

**'AVENT, C'EST SE PRÉPARER À ACCUEILLIR UN HÉROS...
JÉSUS, LE HÉROS DE LA BIBLE,
CELUI DONT ON FÊTE LA NAISSANCE
DANS QUELQUES JOURS.
ET TOI, QUI EST TON HÉROS?**

**METS SUR TOI UN VÊTEMENT
QUI TE RAPPELE LE COSTUME
DE TON HÉROS PRÉFÉRÉ.**

16
AVENT 3
SAPIN DE NOËL
LÈVE-TOI ET PREND SOIN !

ON CROIT QUE LES HÉROS SONT TOUJOURS DES GENS
EXTRAORDINAIRES QUI ONT DES CAPACITÉS HORS DU COMMUN
POUR FAIRE LE BIEN.
BATMAN, WONDERWOMAN, SPIDERMAN, DEADPOOL
(AH NON LUI PEUT-ÊTRE PAS 😊)
LA BIBLE NOUS DIT QU'UN HÉROS PEUT SOMMEILLER
EN CHACUN DE NOUS.

PAR EXEMPLE GÉDÉON.
IL ÉTAIT LE PLUS JEUNE DE SA FAMILLE, ET SON CLAN ÉTAIT
LE PLUS PETIT DE TOUT LE PAYS D'ISRAËL.
ET POURTANT, DIEU L'A CHOISI ET LUI A DIT:
« VA AVEC LA FORCE QUE TU AS. »
REGARDE TOI DANS LE MIROIR: RÉALISES-TU QUE TU ES UN
HÉROS TOI AUSSI?
ALORS AUJOURD'HUI, VA AVEC LA FORCE QUE TU AS!

17
AVENT 3
SAPIN DE NOËL
LÈVE-TOI ET PREND SOIN !

**"LE HÉROS PEUT ÊTRE EN CHACUN, MÊME EN CELUI
QUI FAIT UNE CHOSE AUSSI SIMPLE ET RASSURANTE
QUE METTRE UN MANTEAU SUR LES ÉPAULES
D'UN GARÇON ET AINSI LUI FAIRE COMPRENDRE
QUE LE MONDE NE S'EST PAS ÉCROULÉ."
BATMAN, THE DARK NIGHT RISES.**

**ÊTRE UN HÉROS, C'EST AUSSI ÊTRE PRÉSENT POUR
DES PETITES CHoses. JÉSUS L'A DIT DE LA MANIÈRE
SUIVANTE: CE QUE VOUS AVEZ FAIT À CES PLUS
PETITS D'ENTRE MES FRÈRES
C'EST À MOI QUE VOUS L'AVEZ FAIT
PENSES TU QUE CELA CORRESPONDE À L'IMAGE
DU HÉROS TEL QUE NOUS L'IMAGINONS?**

18
AVENT 3
SAPIN DE NOËL
LÈVE-TOI ET PREND SOIN !

LE PROPHÈTE ESAÏE NOUS FAIT UNE LISTE DE CE QU'ON POURRAIT APPELER
"LE JOB DU HÉROS":
« RENDS LES GENS LIBRES,
PARTAGE TON PAIN AVEC LES PERSONNES QUI N'ONT RIEN,
LOGE CELLES QUI N'ONT PAS DE MAISON,
HABILLE CELLES QUI N'ONT PAS DE VÊTEMENTS,
NE TE DÉTOURNE PAS DE TON FRÈRE OU DE TA SOEUR

**COMMENT PENSES TU POUVOIR
PRENDRE SOIN DES AUTRES,
À COMMENCER
PAR TES PLUS PROCHES?

FAIS UN PETIT SONDAGE
AUTOUR DE TOI.**

AVENT 3

SAPIN DE NOËL
LÈVE-TOI ET PREND SOIN !

19

TU NE SAIS PAS COMMENT T'Y PRENDRE?
VOILÀ UN EXEMPLE D'UNE ASSOCIATION QUI POURRAIT T'INSPIRER.
AS-TU DÉJÀ PENSÉ À PRENDRE SOIN DE PERSONNES
QUI SONT SEULES À NOËL ?
C'EST CE QUE PROPOSE LA CASA.

L'AUMÔNERIE LA CASA DES LYCÉENS
(LA_CASA_DES_LYCEENS SUR INSTA) ET LA FONDATION
PROTESTANTE SONNENHOF TE PROPOSE DES FABRIQUER
DES CARTES DE VOEUX À DESTINATION DES RÉSIDENTS
PORTEURS DE HANDICAP QUI NE RENTRENT PAS
CHEZ EUX À NOËL!
TU VEUX NOUS AIDER? CONTACTE NOUS SUR LE COMPTE
INSTAGRAM DE LA CASA OU AU 0688921788

20

AVENT 3

SAPIN DE NOËL
LÈVE-TOI ET PREND SOIN !

TU NE SAIS PAS COMMENT T'Y PRENDRE? VOILÀ
UN EXEMPLE D'UNE ASSOCIATION
QUI POURRAIT T'INSPIRER.

CONNAIS-TU L'ACTION
DE LA BOÎTE À CHAUSSURE ?

PRENDS UNE BOÎTE À CHAUSSURE VIDE. METS DEDANS QUELQUE CHOSE DE
CHAUD, QUELQUE CHOSE DE BON UN MOT GENTIL,
UN PRODUIT D'HYGIÈNE, QUELQUE CHOSE DE DIVERTISSANT. EMBALLE LE.
TU PEUX ENSUITE CONTACTER L'ASSOCIATION LES GRENIERS DE JOSEPH
QUI LES OFFRE À DES PERSONNES EN SITUATION DE PRÉCARITÉ.
FACEBOOK OU 07 68 48 32 73.

21

AVENT 4

LA CRÈCHE
LÈVE-TOI ET VIENS !

ÇA Y EST, ÇA APPROCHE! DANS 4 JOURS,
ON FÊTERA UN ANNIVERSAIRE BIEN PARTICULIER !
MAIS AUJOURD'HUI, SOUVENONS NOUS QUE
C'EST UN ANGE QUI A ANNONCÉ À MARIE
QU'ELLE SERAIT BIENTÔT ENCEINTE.

LIS L'HISTOIRE DE L'ANNONCE DE LA NAISSANCE
DE JÉSUS DANS L'ÉVANGILE DE LUC,
CHAPITRE 1 VERSETS 26 À 38.
COMMENT AURAS-TU RÉAGI
SI TU AVAIS EU UNE ANNONCE PAREILLE?

22

AVENT 4

LA CRÈCHE
LÈVE-TOI ET VIENS !

"N'AYEZ PAS PEUR, JE VIENS VOUS ANNONCER UNE BONNE NOUVELLE.
AUJOURD'HUI, UN SAUVEUR EST NÉ POUR VOUS" LUC 2
JÉSUS EST NÉ DANS UNE ÉTABLE, PARCE QU'IL N'Y AVAIT PAS DE PLACE
POUR SES PARENTS ET LUI DANS L'AUBERGE.
À CETTE ÉPOQUE L'ÉTABLE ÉTAIT UNE PIÈCE
À PART ENTIÈRE DE LA MAISON :
JÉSUS EST NÉ AU MILIEU DES FAMILLES, DES HUMAINS.

DIEU EST VENU REJOINDRE LES GENS LÀ OÙ
ILS ÉTAIENT, CHEZ EUX, DANS LEUR MAISON.
QUEL EST L'ENDROIT DE TA MAISON
QUE TU PRÉFÈRES ?
TU AS DÉJÀ UNE CRÈCHE À TOI?
PEUT-ÊTRE PEUX-TU L'INSTALLER DANS CET
ENDROIT QUE TU AIMES.

23

AVENT 4

LA CRÈCHE
LÈVE-TOI ET VIENS !

DANS L'ÉVANGILE DE LUC, QUAND JÉSUS NAIT, LES PREMIERS
À EN ÊTRE INFORMÉ SONT LES BERGERS :
DES GENS NORMAUX, NI RICHES, NI IMPORTANTS.
DES GENS COMME TOI, ET MOI. SI TU AS ENVIE DE VOIR
UNE INTERPRÉTATION DE CE QU'ONT VÉCU LES BERGERS,
TU PEUX REGARDER CETTE VIDÉO !

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?
V=5BOTQ9WBOK4](https://www.youtube.com/watch?v=5BOTQ9WBOK4)

24

AVENT 4

LA CRÈCHE
LÈVE-TOI ET VIENS !

ES MAGES SONT ÉGALEMENT VENUS RENCONTRER JÉSUS
ET LUI OFFRIR DES PRÉSENTS : DE L'OR, DE L'ENCENS
ET DE LA MYRHE. DES BIENS TRÈS PRÉCIEUX !
ET TOI, QUE POURRAIS-TU OFFRIR À JÉSUS
POUR SON ANNIVERSAIRE ?

PRENDS UN MOMENT POUR TE POSER LA
QUESTION, ET POURQUOI PAS LUI ÉCRIRE
UNE CARTE OU UNE LETTRE AFIN DE LUI DIRE
CE QUE TU RESSENS ? CONSERVE-LA
PRÉCIEUSEMENT DANS TA BIBLE
SI TU EN AS UNE, SINON DANS UN ENDROIT
IMPORTANT POUR TOI.

25

AVENT 4

LA CRÈCHE
LÈVE-TOI ET VIENS !

ES-TU PRÊT À RECEVOIR TON CADEAU ET À ACCUEILLIR
LE HÉROS DE NOËL ? EN VENANT SUR TERRE, JÉSUS NOUS A
DONNÉ LA POSSIBILITÉ, À NOUS AUSSI, DE DEVENIR ENFANTS DE
DIEU. « MAIS À TOUS CEUX QUI L'ONT REÇUE, À CEUX QUI CROIENT
EN SON NOM, V LA PAROLE (JÉSUS) A DONNÉ LE POUVOIR
DE DEVENIR ENFANTS DE DIEU. »

SI TU LE VEUX, TU PEUX EXPRIMER TON ÉMOTION DU
JOUR DANS UNE PRIÈRE :
"JÉSUS, MERCI D'ÊTRE VENU SUR TERRE À NOËL.
AUJOURD'HUI JE VEUX VENIR À TA RENCONTRE, POUR
PARTAGER MA VIE AVEC TOI, ET APPRENDRE À T'AIMER
ET AIMER LES AUTRES COMME TU LE FAIS.
VIENS RENDRE CETTE JOURNÉE BELLE ! "