



VIRTUS

Un grand carême à vivre en fraternité pour se laisser (vraiment) transformer par Dieu

Proposé par :



CLAVES
Des clés pour comprendre

Du 16 février (septuagésime) — au 27 avril (fin de l'octave de Pâques)

70 jours pour se rapprocher de Dieu,
grandir en vertu, et entrer dans la vie d'oraison.

5

Engagements Spirituel

- Chapelet quotidien.
- Oraison quotidienne.
- Examen de conscience.
- Formation spirituelle (lecture/écoute).
- Vie sacramentelle (messe et adoration).

5

Engagements de vertu et d'aumône

- Pas d'écrans inutiles.
- 7 heures de sommeil.
- Activité physique 2h/semaine.
- Pas de grignotage.
- 1 heure de service hebdomadaire.

5

Engagements de pénitence au choix

- Pas d'alcool
- Douche froide
- Jeûne du vendredi
- Pas de sucreries
- Pas de viande
- Pas de cigarette
- Pas de café/thé
- Etc... (liste complète sur le site)



Comment Participer ?

1. Rendez-vous sur caremevirtus.fr pour prendre connaissance des modalités en détails.
2. Engagez-vous aux pratiques proposées.
3. Formez une fraternité Virtus (non mixte, 4-8 membres).
4. Inscrivez-vous au parcours sur Hozana pour recevoir les publications.

RDV sur
caremevirtus.fr