



# « PORTEURS DE LUMIERE! »

## Consignes animateurs



### Déroulement général pour obtenir une valeur

- Donner quelques explications sur la valeur à partir du petit texte de présentation.
- Proposer les activités l'une après l'autre, c'est vous qui décidez si elle est bien réalisée ou pas, sachant que ce qui est visé, c'est le plaisir de jouer ensemble, de découvrir, de se questionner et d'échanger en équipe.
- Quand les activités ont bien été réalisées, en fonction de ce que vous aurez préparé, soit vous remettez le morceau de puzzle à l'équipe, soit vous leur permettez de colorier la partie de la flamme correspondant à la valeur.
- Si plusieurs équipes arrivent en même temps, les activités peuvent être menées en parallèle
- Les équipes retournent ensuite au plateau de jeu pour continuer leur course aux valeurs
- A vérifier : pour quelques activités, les équipes auront besoin de papier et crayons pour leur recherche ou d'autres matériels.

**« Pour être un bon sportif, l'honnêteté avec soi-même et avec les autres, la loyauté, la force morale – davantage encore que la force physique- la persévérance, l'esprit de collaboration, la sociabilité, la bienveillance, la générosité, la largeur d'esprit et de cœur, la capacité de vivre avec les autres et de partager sont indispensables. »**

**Jean-Paul II**

# JOIE

## Présentation de la valeur :

Le sport est une joie, joie qui se partage, se communique, se transmet. La joie qu'on partage dans une action menée ensemble est une source de réussite. La joie doit être généreusement partagée avec tous, surtout avec les plus délaissés et les plus oubliés. Alors partagez votre joie !

## Défi sportif :

Les équipiers doivent écrire le mot **JOIE** avec leur corps.

## Enigme :

Déchiffrer une phrase du pape Jean-Paul II à partir de ce code :

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
Z	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L

« XQ EBADF QEF VAUQ PQ HUHDQ, VQG, RQFQ »

Réponse : « le sport est joie de vivre, jeu, fête »

## Découvrir un Saint :

Lire à l'équipe le portrait de St Philippe Néri, que l'on nomme apôtre de la joie.

« Surnommé l'apôtre de la joie, St Philippe Neri, prêtre Italien du 16 ième siècle prie pour tous ceux qui n'ont plus de joie en eux. Il est décrit comme « un homme riant aux éclats », au regard « rempli d'amour » et au langage simple et vrai.

Il a du succès auprès des enfants et des jeunes qu'il conduit sur le chemin de la prière et de la vraie joie. Il s'occupe également des malades et des pèlerins ».

Vérifier que l'histoire a bien été comprise et donner quelques explications de langage si nécessaire.

## Une parole d'un chrétien :

Il s'agit de Sainte Mère Térésa, religieuse (1910-1997) qui a consacré sa vie aux malades, aux pauvres et aux désœuvrés de Calcutta en Inde.

**« La joie est prière, la joie est force, la joie est amour. Dieu aime celui qui donne avec joie. La meilleure manière de montrer notre gratitude envers Dieu et envers les gens, c'est d'accepter tout avec joie. »**

Questionner les équipiers sur ce qu'elle veut dire.

# PERSEVERANCE

## Présentation de la valeur :

Et si tu prenais le temps d'apprendre, de gravir les marches, de franchir les étapes ? Savoir se relever après un échec, après une défaite, c'est ainsi qu'on grandit. Ne t'arrête pas, continue ton effort car la persévérance te permettra de progresser et de dépasser. Chaque palier franchi est une victoire !

## Défi sportif :

Faire rebondir un volant sur une raquette 10 fois sans le faire tomber (au moins trois personnes de l'équipe doivent réussir ce défi).

## Enigme :

Ecrivez le mot persévérance sous la forme d'un rébus.

## Découvrir un sportif :

Lire le témoignage d'Usain Bolt, athlète jamaïcain qui a gagné 8 titres olympiques entre 2008 et 2016.

En 2015, la saison d'Usain Bolt est rythmée par de nombreuses blessures. Le sprinteur n'a jamais abandonné, il est croyant et a continué à travailler jusqu'à la victoire. Il écrivait sur Instagram : « Mes amis, même s'ils vous disent que toutes les chances sont contre vous, n'abandonnez jamais. Battez-vous et continuez à croire dans les capacités que Dieu vous donne ».

Questionner les équipiers sur ce/ceux qui les aide(nt) à tenir pendant les moments difficiles.

## Une parole d'un chrétien :

Faire lire à plusieurs voix la prière de l'Abbé Pierre.

# CONFIANCE

## Présentation de la valeur :

« Je te fais confiance »

Quelle responsabilité ! Il faut savoir être digne de ce service demandé...La confiance se mérite, elle est réciproque, mais surtout elle n'a pas de prix.

## Défi sportif :

Réaliser un parcours à l'aveugle, guidé par un camarade. Par binôme, un conduit l'autre qui a les yeux bandés, sans se bousculer.

Quelques précautions : prévoir une zone à ne pas dépasser pour les « conducteurs ». Le conducteur ne doit pas courir ou mettre en danger l'aveugle. Les binômes ne doivent pas se toucher.

## Enigme :

Qui est la sainte patronne des cyclistes ? Résous l'énigme suivante pour la trouver :

Elle a changé la face du monde en acceptant en disant OUI à Dieu.

Réponse : **Marie, mère de Jésus, mère de Dieu**

## Découvrir une sportive :

Lire le témoignage de Marie-Amélie Le Fur, athlète handisport française.

**« Je rêvais d'être sapeur-pompier professionnelle mais malheureusement, à l'âge de 15 ans, je suis renversée par une voiture. À la suite de cet accident, je dois être amputée de la jambe. Ce qui m'a beaucoup aidé, c'est de faire le constat de ce que j'avais réellement perdu dans l'accident. J'avais certes perdu une jambe mais il restait ce qui comptait le plus pour moi c'est-à-dire mes proches, ma famille, leur amour et la capacité de créer des choses avec eux ».**

Echanger autour de la question : « Et nous, qui nous donne confiance ? »

## Une parole du pape François :

« Chers frères et sœurs, Jésus veut nous donner confiance. Dans de nombreuses situations de la vie, il peut arriver que l'on se décourage, car on voit la faiblesse du bien par rapport à la force apparente du mal. Et l'on peut se laisser paralyser par le découragement quand on voit que l'on s'est engagé mais que les résultats n'arrivent pas et que les choses semblent ne jamais changer. Notre confiance, c'est ce qui nous donne la force d'avancer chaque jour avec patience, en semant le bien qui portera du fruit. Cultivez la confiance d'être entre les mains de Dieu et en même temps nous engager à reconstruire et recommencer avec patience et constance ».

**Puis demander à l'équipe de choisir ensemble 3 mots du texte qui témoignent d'une attitude de confiance.**

# HUMILITÉ

## Présentation de la valeur :

«Être humble c'est avoir conscience de défauts, de ses limites, rester modeste...

## Défi sportif :

Soyez Fair-play !

Par un jeu de rôles, montrez comment vous encouragez et soutenez les joueurs d'autres équipes dans la victoire et la défaite.

## Enigme :

Trouvez 3 mots ou attitudes en lien avec l'humilité.

## Découvrir un sportif :

Lire le témoignage de Guillaume Warmuz, ancien gardien de but de Lens, Dortmund...devenu aumônier en Ephad.

Guillaume Warmuz, 51 ans, est une ex-gloire du football français. Il est notamment l'ancien gardien de Lens, de Dortmund et Monaco. **Son parcours de vie est atypique puisqu'il est passé des terrains verts à la prière**, en étant aujourd'hui aumônier dans un ephad au Creusot en Saône-et-Loire.

Guillaume Warmuz vient d'une famille catholique : il est baptisé, a fait sa première communion et sa confirmation. A parti de son adolescence, le foot a pris toute sa place. Au sommet de son carrière, à 26 ans, une vilaine blessure au genou alors l'éloigne des terrains Il confie qu'il s'est retrouvé sur un lit d'hôpital "à ne peut-être plus pouvoir jouer au football". Il s'est alors remis à prier. Ses opérations se sont finalement bien passées et il a pu recommencer à jouer. Plus tard, il a décidé de consacrer sa vie aux autres en allant dans les maisons de retraite prendre soin des personnes en leur rendant visite, en les écoutant et en leur parlant de Dieu.

**Leur demander ce qui les marque dans sa vie.**

## Parole du pape François :

Phrase cadeau à lire et écouter.

« Nos meilleurs vœux aux vainqueurs, mais je les invite à le vivre avec humilité. Et à ceux qui ne gagneront pas, à la vivre avec joie »

Pape François

# PRUDENCE

## **Présentation de la valeur :**

Se préparer, anticiper un événement s'est faire preuve de prudence. Ne pas se laisser emporter par ses émotions !

## **Défi sportif : « Poutre d'équilibre »**

Tout le monde doit marcher en équilibre sur une ligne tracée au sol. Ceux qui ratent doivent recommencer. Ce peut être aussi une longue corde.

## **Enigme :**

Quel est le contraire de la prudence ?

- A. La bienveillance
- B. La persévérance
- C. La sottise

## **Découvrir un saint :**

Ignace De Loyola, nous apprend à faire les bons choix pour avancer dans la vie avec prudence. Il nous enseigne à prendre le temps avant de choisir pour vérifier que ce ne sont pas notre fierté, notre volonté propre ou notre intérêt qui nous font agir mais bien une préférence pour l'amour qui nous vient du Seigneur. Il nous invite à trouver Dieu dans tout ce qui fait notre quotidien.

*Trouve un moment dans la journée ou tu t'arrêtes pour réfléchir*

## **Parole du pape François :**

Phrase-cadeau

« Les hommes sont passionnés et nous avons besoin de pouvoir dire : « Arrête-toi et réfléchis ! » Il n'est pas facile d'être prudent. Cela demande beaucoup de réflexion, beaucoup de prières, mais surtout de l'empathie.  
Pape François

# DEVENIR FORT

## **Présentation de la valeur :**

Être fort comme Spiderman, Gladiator ou un héros de Star Wars ? Et si la vraie force était la force intérieure ?

Chez les chrétiens, la force vient de l'Esprit Saint. Ils croient aussi que cet Esprit Saint peut parler à tous et ne leur est pas réservé.

## **Défi sportif :**

Les équipiers se mettent deux par deux. Le but est d'essayer de toucher le plus de fois possible les pieds de l'adversaire en une minute.

## **Enigme :**

Qui est le pape surnommé « le sportif de Dieu » ?

- A. Jean-Paul II
- B. Pape François
- C. Benoît XVI

C'est Jean-Paul II. Apporter quelques explications :

En formation pour être prêtre, il exerce sa passion du foot avec ses camarades. Il aime aussi beaucoup faire du ski et du canoé dans des lieux où il peut contempler. Devenu pape, il a continué à exercer des sports individuels tels que la randonnée. C'est le premier pape à avoir organisé des messes dans des stades. Ce qui est marquant dans sa vie, c'est que, quand il est devenu âgé et malade, il a continué à exercer sa mission, celle que Dieu lui a donné, révélant sa force intérieure.

## **Découvrir un sportif :**

Lire le témoignage de Lewis Hamilton, pilote de formule 1. Interview 2020.

Lewis a un petit frère handicapé atteint d'une paralysie cérébrale. Il dit à propos de lui : « C'est l'une des meilleures personnes que je connaisse, et je crois que tout le monde dans l'univers de la Formule 1 reconnaît que c'est quelqu'un d'incroyable. Il est merveilleux, très mûr pour son âge. Il m'apprend beaucoup de choses, bien que je sois son grand frère et que ce devrait être l'inverse, en principe ».

L'attitude de son frère lui inspire du courage comme la force qu'il trouve en Dieu. Voici comment il en parle : « Dieu me donne la force et la connaissance pour pouvoir parler et me battre pour ceux en quoi je crois ».

*Et vous, qui vous donne de la force ?*

## **Parole de la bible :**

Lire l'histoire de David et Goliath :

## Histoire de David et Goliath

David est un jeune berger, courageux. Tous les jours, il allait garder les moutons de son père en les menant dans les pâturages pour qu'ils puissent paître. Il les menait près du torrent quand elles avaient soif et devait les protéger des bêtes sauvages. Il aimait aussi faire de la musique avec un bâton et des cordes. Il aimait aussi chanter. Il ne craignait pas d'être seul car il avait une grande confiance en Dieu : il savait qu'il prenait soin de lui.

Un jour, David entra dans le palais du roi Saül. Il se mit dans un coin, s'assit et se mit à jouer un des beaux chants qu'il jouait sur les monts de Juda près de ses moutons. C'était très beau. On aurait dit des choses d'or qui tintaient.

Il y eut une guerre dans le pays. Des ennemis étaient venus. Ils voulaient voler les moutons et le blé du peuple d'Israël, et s'emparer de tout le pays. Ils s'appelaient les Philistins. Le roi Saül appela ses soldats et partit avec eux pour chasser les Philistins. Il arriva tout près des ennemis sur une colline. Ils se tenaient les uns en face des autres, d'un côté Saül et ses soldats, et de l'autre côté les Philistins. Crois-tu que Saül et ses soldats chassèrent les Philistins ? Non, ils n'osèrent pas, car les ennemis étaient très forts. C'était même effrayant. Il y en avait un parmi eux qui était plus fort que tous les autres. Il était presque aussi grand qu'un arbre ! C'était un géant. Il s'appelait Goliath. Il portait des armes très dangereuses. Une très longue et lourde lance ! Et une très grande épée ! Il portait aussi une cuirasse d'airain et un casque d'airain sur la tête. Son casque brillait au soleil.

Dès le premier jour, le géant s'avança au-devant des Israélites. Il cria : Venez donc ! Qui osera lutter avec moi ? Ah ! vous n'osez pas ? Je suis plus fort que vous tous ! Si quelqu'un ose lutter avec moi, qu'il s'avance ! Il railla Saül et ses soldats. Il se moqua aussi de Dieu. Il revenait chaque jour. Personne n'osait le chasser ! Il y avait aussi trois des frères de David qui étaient des soldats grands et forts. Mais ils avaient tous peur du géant. Ils tremblaient quand ils le voyaient venir. Et David ? David n'était pas là. Il était retourné à la maison chez son père. Il n'avait plus besoin de jouer de la musique devant le roi. Le roi n'avait plus le temps de l'écouter. David avait recommencé à garder les moutons dans les pâturages à Béthléem. Mais un jour, comme le soir descendait, son père le fit appeler. Il lui dit... David, va auprès de tes frères. Ils sont soldats dans l'armée de Saül. Va voir si tout se passe bien pour eux. Et porte-leur des provisions. Un peu de pain et de blé.

David obéit volontiers, car il désirait voir un peu la bataille. Le lendemain matin, de bonne heure, il se mit donc en route. Au bout d'une longue marche, il finit par rejoindre l'armée du roi Saül. Juste comme il arrivait, le géant Goliath apparut sur la colline de l'autre côté de la vallée. Goliath s'arrêta et se mit à crier comme les autres fois. Il recommença à se moquer des Israélites et à jurer. Et David l'entendit, et il fut très effrayé. Ce païen osait se moquer du roi ? Il se moquait aussi de Dieu, que David aimait tant ? David se fâcha. N'y avait-il donc personne qui osât punir ce méchant homme ? Non, personne n'osait ! Alors, je m'en chargerai ! dit David.

Que va faire David en face du géant ? Ils conduisirent David auprès du roi. Tu veux aller te battre contre le géant ? Voyons, tu ne peux pas. Tu n'es qu'un jeune berger... Et lui est un soldat redoutable. Il est beaucoup plus grand et fort que toi ! Mais David répondit : "Je peux bien le faire, ô roi, car Dieu me viendra en aide. Plus d'une fois, quand je gardais les moutons, j'ai lutté avec un lion. Le Seigneur m'a secouru et j'ai tué le lion. Je tuerai de la même manière ce méchant homme qui ose se moquer de Dieu. Le Seigneur m'a sauvé du lion, il me sauvera aussi du géant !" Alors le roi donna son consentement. Il envoya chercher sa cuirasse en fer. Il la fit enfiler à David. Il lui mit son casque d'airain sur la tête et lui donna aussi sa grande épée. Il voulait équiper David comme un soldat. Mais la cuirasse et le casque étaient bien trop lourds pour David. David s'empessa de retirer la cuirasse et d'ôter le casque. Il rendit aussi l'épée, car il n'avait pas besoin de toutes ces armures ! Le Seigneur veillerait sur lui. Il ne prit avec lui que son bâton et sa fronde. Une fronde, c'est une courroie avec laquelle on peut lancer des pierres. David choisit cinq pierres, de belles pierres lisses qu'il mit dans sa gibecière. puis il marcha droit sur le géant. Quand le géant Goliath le vit arriver, il rit et jura. "Oh, oh ! s'écria-t-il, qui est-ce qui vient par là ? Qu'est-ce que c'est que ce garçon ? Il n'a même pas d'épée, seulement un bâton ! Tu ne crois pourtant pas que je suis un chien, et que tu pourras me chasser avec un bâton ? Viens ici, et je montrerai qui je suis ! Je te tuerai et... Tous ceux qui l'entendaient avaient peur de lui. mais David, lui, n'avait pas peur, car il savait que Dieu se tenait tout près de lui. David dit : "Tu viens à moi avec une épée et une lance; mais moi, je viens à toi pour te punir, parce que tu t'es moqué de Dieu." Il mit une pierre dans sa fronde. Et, avant que le géant ait pu lancer son javelot, David fit tourner sa fronde. La pierre partit, traversa l'air en sifflant, et frappa le géant en plein front. Goliath le géant, si grand, si fort, chancela et vacilla. Puis il s'abattit la face contre le sol ! Il resta étendu par terre. David courut vers lui, et coupa la tête du géant avec sa propre épée. Le géant Goliath était mort. Il ne pouvait plus se moquer de Dieu ! Les Philistins furent très effrayés. Les soldats de Saül, eux, triomphaient ! Ils criaient de joie. Ils étaient pleins de courage. Ils avaient vu comment Dieu avait aidé David. Ils accoururent et chassèrent tous les ennemis. Puis David retourna chez le roi. La guerre était finie. Le roi lui dit : "Tu resteras toujours avec moi. Tu ne seras plus berger. Puisque tu es si adroit et si courageux, tu deviendras le chef d'une de mes armées. Et, si les ennemis reviennent, tu iras les chasser avec tes soldats."

# JUSTICE

## Présentation de la valeur :

La fin ne justifie pas les moyens, pas question de tricher pour gagner !

## Défi sportif : « Lions gazelles »

Il s'agit de course : réussir le trajet sans être attrapé ou attraper avant la fin de la course, selon qu'on est lion ou gazelle. Pour cela, les équipiers se répartissent en binômes où il y aura un lion et une gazelle.

Déterminer un espace de course. Au signal, les gazelles commencent le parcours. 3 secondes plus tard, un 2<sup>e</sup> signal permettent aux lions de s'élaner à la poursuite des gazelles.

Faire 3 courses. Un point est attribué à celui qui rattrape ou celui qui a échappé.

## Enigme :

Quel animal représente la justice ?

- A. L'éléphant
- B. Le Lion
- C. Le loup

C'est le lion. > Plus que tout autre animal, le Lion est admiré par l'homme. Ainsi, depuis des temps immémoriaux, il est considéré comme un symbole de Justice et de bravoure.

## Découvrir un saint :

Lire la vie de St Jean Bosco, prêtre du 19<sup>ème</sup> siècle (1815-1888).

Saint-Jean-bosco était un homme de justice auprès des jeunes marginalisés. Il a toujours invité à pratiquer le sport comme moyen idéal pour apprendre les règles et à se comporter avec les autres. « Qu'on donne ample liberté de sauter, courir et crier à cœur joie. La gymnastique, la musique, le théâtre, les sorties, favorisent la bonne santé soit physique, soit morale ». C'est ainsi que le sport a permis à de nombreux jeunes en marge de la société qu'il accompagnait de retrouver confiance joie et foi dans la vie.

**Selon lui, qu'est-ce que le sport permet de développer chez les jeunes ?**

## Une parole de la bible :

Faire lire la parole de l'Évangile de Matthieu.

Demander les attitudes à laquelle Jésus nous invite pur pratiquer la justice.

# TEMPÉRANCE

## Présentation de la valeur :

Aujourd'hui, certains aiment s'amuser jusqu'à l'excès, la tempérance nous invite à vivre avec une certaine retenue, maîtrise, modération, sobriété !

## Défi sportif :

Toute l'équipe doit réaliser un parcours avec des échasses dans un temps déterminé et sans tomber.

## Enigme :

Les jeunes doivent trouver 3 situations de la vie de l'école où vous allez faire l'effort de ne pas contester la décision prise par l'adulte

## Découvrir un sportif :

Lire le témoignage de David Alcidiade, ancien joueur du FC Nantes.

David Alcidiade a trouvé du réconfort dans la bible lors de ses nombreuses blessures. Aujourd'hui, il ne souhaite plus que le football prenne toute la place. Il dit « Mon identité ne repose pas dans mes performances dans le football, mais en qui je suis avec le Christ. Si je gagne un match, c'est super, gloire à Dieu ! Si je perds un match, eh bien gloire à Dieu quand même ! Je serai déçu et frustré mais je sais que Jésus m'apporte plus qu'un match gagné ou perdu ».

*Qu'est ce qui devient prioritaire pour David Alcidiade ?*

## Une parole inspirante

Chanter ensemble la chanson du livre de la jungle « Il en faut peu pour être heureux... »

**Il en faut peu pour être heureux  
Vraiment très peu pour être heureux  
Il faut se satisfaire du nécessaire  
Un peu d'eau fraîche et de verdure  
Que nous prodigue la nature  
Quelques rayons de miel et de soleil.**

Je dors d'ordinaire sous les frondaisons  
Et toute la jungle est ma maison  
Toutes les abeilles de la forêt  
Butinent pour moi dans les bosquets  
Et quand je retourne un gros caillou  
Je sais trouver des fourmis dessous.  
Essaye c'est bon, c'est doux, oh !

Il en faut vraiment peu,  
Très peu pour être heureux!  
Mais oui!  
Pour être heureux.

**Il en faut peu pour être heureux  
Vraiment très peu pour être heureux  
Chassez de votre esprit tous vos soucis  
Prenez la vie du bon côté  
Riez, sautez, dansez, chantez  
Et vous serez un ours très bien léché !**

# EXCELLENCE

## **Présentation de la valeur :**

La compétition sportive, c'est le moment où on cherche à égaler l'autre, vaincre les obstacles et atteindre le but fixé, c'est le moment où on désire l'excellence !

## **Défi sportif :**

Réaliser un enchaînement qui comprend des sauts, des roulades, des roues, des mises en équilibre...

## **Enigme :**

Quelle est la devise des Jeux Olympiques ?

En latin : "citius, altius, fortius", en français : "plus vite, plus haut, plus fort".

## **Découvrir un chrétien :**

Lire le portrait de Guido Schäffer

Guido Schaffer était un médecin qui a décidé de se former pour être prêtre, il était aussi passionné de surf. Il cherchait constamment l'excellence dans sa foi et sa pratique sportive. Il consacrait une grande partie de son temps à aider les plus démunis, montrant une générosité et une attention à l'autre remarquables. Il est décédé à l'âge de 34 ans lors d'un accident de surf, mais sa vie continue toujours d'inspirer de nombreuses personnes.

Connaissez-vous autour de vous des personnes comme lui ?

## **Parole du pape François : phrase-cadeau**

« Impliquez-vous avec les autres et avec Dieu ; ne vous contentez pas d'un « match nul », médiocre, donnez le meilleur de vous-même, dépensant votre vie pour ce qui en vaut vraiment la peine et qui dure toujours » Pape François

# AMITIÉ

## **Présentation de la valeur :**

Pour grandir l'amitié a besoin d'honnêteté, de loyauté et de gratuité. Il faut de la réciprocité et du respect. Le sport développe la solidarité dans l'effort et le respect de l'autre !

## **Défi sportif : le nœud gordien**

L'équipe forme une ronde. Chaque joueur donne une main à un partenaire et l'autre main à un autre partenaire. On ne donne pas la main à ses voisins directs.

But : démêler ce réseau de mains enchevêtrées, « Le nœud gordien », sans se lâcher les mains. Il est possible de laisser glisser les mains l'une dans l'autre sans perdre le contact, pour éviter de se tordre les doigts et les mains.

## **Enigme : Mimez !**

Une personne de l'équipe est désignée pour faire deviner aux autres un verbe qu'il mime.

Les verbes à mimer : accueillir, soutenir, se réconcilier

## **Découverte d'une sportive :**

Lire le témoignage de Yuliva Levchenko, athlète ukrainienne.

« Durant les Jeux Olympiques de la Jeunesse, je me suis rendue compte que le sport pouvait unir le monde. Pour la première fois, j'ai vu une telle diversité de sports et de gens de différents pays en un seul et même lieu. Le but était de se faire de nouveaux amis et d'élargir nos horizons. J'ai compris à quel point l'amitié et l'esprit d'équipe pouvait vous motiver peu importe que vous soyez sur l'aire de compétition ou dans les tribunes. J'ai été éclairée par les valeurs olympiques et la façon dont elles peuvent vous aider dans la vie de tous les jours. Je me suis rendue compte que le sport était bien plus que de l'entraînement et des compétitions. »

*Citez trois moments d'union qui se sont passés ou se passent dans la vie de l'établissement.*

## **Parole inspirante : Phrase-cadeau**

« Grande est la victoire, mais l'amitié de tous est plus grande » (Emil Zatopek, seul coureur de l'histoire à avoir gagné le 5000 mètres, le 10 000 mètres et le marathon lors des mêmes JO.

# SACRIFICE

## **Présentation de la valeur :**

C'est renoncer à quelque chose de précieux ou d'important dans l'instant dans le but de réaliser quelque chose de plus grand.

## **Défi sportif :** La course dos à dos

Réaliser une course dos à dos en faisant attention à son binôme.

## **Enigme :**

Quel est animal représente le sacrifice dans la bible ?

L'indice qu'ils ont est un nom à 6 lettres.

C'est l'AGNEAU.

## **Découvrir un saint :** St Maximilien KOLBE

Lire le portrait de St Maximilien Kolbe.

Maximilien Kolbe est un prêtre qui a été emprisonné en camp de concentration à Auschwitz pendant la seconde guerre mondiale. Il se sacrifie en prenant la place d'un père de famille envoyé à la mort avec 10 autres hommes.

Leur demander ce qu'ils en pensent.

## **Parole du pape Jean-Paul II :**

« Au cours des récents Jeux Olympiques, nous avons admiré les performances de grands athlètes, qui, pour parvenir à ces résultats, se sont sacrifiés pendant des années, chaque jour. Telle est la logique du sport, en particulier du sport olympique. Et telle est aussi la logique de la vie : sans sacrifices, on n'obtient pas de résultats importants, ni d'authentiques satisfactions ».

# MEILLEUR DE SOI-MÊME

## Présentation de la valeur :

Comme l'athlète durant l'entraînement, la pratique du sport nous aide à donner le meilleur de nous-même, à découvrir sans peur nos limites et à lutter pour nous améliorer chaque jour !

## Défi sportif :

Le poteau-foot

Avec le ballon visez la cible et touchez-la chacun au moins 3 fois sur 5 tirs.

## Enigme :

Un escargot est au fond d'un puits de 10 mètres. Chaque matin il monte de 3 mètres et chaque nuit il descend de 2 mètres. Combien de jours lui faudra-t-il pour sortir de ce puits ?

**Réponse :** 7 jours. Il monte de 3 mètres le matin et descend de 2 mètres la nuit : Donc il monte de 1 mètre chaque jour. Au septième jour, il aura monté 7 mètres. Au jour 8, il montera de 3 mètres et sera sorti du puits.

## Découvrir un saint :

Lire le portrait de Pier-Giorgio Frassati (1901-1925)

Pierre Giorgio a été déclaré patron des sportifs par Saint Jean-Paul II.

Dès l'âge de 8 ans, avec sa mère, Pierre Giorgio est initié aux joies de la montagne. Avec sa stature de montagnard, il se plaît à faire de l'alpinisme et il franchit des sommets de plus en plus hauts. Plusieurs autres sports font aussi partie de son quotidien : le vélo, la randonnée, la natation, la voile, l'équitation, l'escrime, le ski...etc. Il prie aussi beaucoup. Il aime à répéter : « Par toi-même, tu ne feras rien mais si tu prends Dieu pour centre de toutes tes actions, alors tu arriveras au but ». Ça devise, verso l'alto » (Vers le haut) résume bien son existence.

Quelle est sa devise ? Que veut-elle dire ?

## Parole d'un chrétien : phrase-cadeau

« Le plus important aux jeux Olympiques n'est pas de gagner mais de participer, car l'important dans la vie, ce n'est pas le triomphe mais le combat ; l'essentiel ce n'est pas d'avoir vaincu mais de s'être bien battu »

Mgr Ethelbert, Talbot, évêque de Pensylvanie.