

### **LENTEN PRACTICES**

The three pillars of Lent are Prayer, Fasting and Almsgiving.

### **PRATIQUES DE CARÊME**

Les trois piliers du carême sont la prière, le jeûne et l'aumône.

### **PRAYER**

Prayer offers us a special opportunity to grow in our relationship with God and to deepen our commitment to a way of life, rooted in our baptism.

### **PRIÈRE**

La prière offre à tous une occasion très spéciale de grandir dans notre relation avec Dieu et d'approfondir notre engagement envers un mode de vie enraciné dans notre baptême.

### **FASTING & ABSTINENCE**

"...fasting expresses our own spiritual hunger and thirst for life in God." - **Pope Francis**

### **JEUNE ET ABSTINENCE**

«... le jeûne exprime notre propre faim spirituelle et notre soif de vie en plénitude avec Dieu. »

**Pape François**

### **ALMSGIVING**

"Almsgiving teaches us to respond to our neighbour's needs and to share with others what we possess through divine goodness." **Pope Benedict XVI**

### **L'AUMÔNE**

L'aumône nous apprend à aller à la rencontre des besoins de notre prochain et à partager avec les autres ce que, par grâce divine, nous possédons.

**Pape Benoît XVI**

## **ALL ABOUT LENT**

### **How long does Lent last?**

40 days. The 40 days recall the Lord's fasting in the desert.

### **Are Sundays part of Lent?**

While Lenten Sundays are not days of penance and fasting, they are celebrated differently from the Sundays of Ordinary Time. During Lent we focus on the journey towards the Resurrection, whereas outside of Lent we rejoice in the Resurrection.

### **What are the days of fasting and abstinence?**

Those between the ages of 18 and 59 should fast on Ash Wednesday and Good Friday. In addition, all should abstain from eating meat on Fridays during Lent.

### **Where can I get more information about Lent?**

To learn more about this season, visit the diocesan website at [www.alexandria-cornwall.ca](http://www.alexandria-cornwall.ca)

## **Tout sur le carême**

### **Combien de temps dure le carême?**

40 jours. Les 40 jours nous rappellent le jeûne du Seigneur dans le désert.

### **Les dimanches font-ils partie du carême?**

Bien que les dimanches de carême ne soient pas des jours de pénitence et de jeûne, ils sont célébrés différemment des dimanches du temps ordinaire. Pendant le carême, nous nous concentrons sur le chemin vers la Résurrection, alors qu'en dehors du carême, nous nous réjouissons de la Résurrection.

### **Quels sont les jours de jeûne et d'abstinence?**

Ceux qui ont 18 à 59 ans devraient jeûner le mercredi des cendres et le vendredi saint. En outre, nous devrions nous abstenir de viande tous les vendredis pendant le carême.

### **Où puis-je obtenir plus d'informations?**

Pour en savoir plus sur cette saison, visiter le site Web diocésain au [www.alexandria-cornwall.ca](http://www.alexandria-cornwall.ca)

# LENT 2019

A time of prayer and penance

March 6 to April 18



# CARÊME 2019

Un temps de prière et de pénitence

6 mars au 18 avril

Diocèse d'Alexandria-Cornwall Diocese

### **MARCH 6 MARS**

#### ***Ash Wednesday / Mercredi des cendres***

Check the diocesan website for times and places. Consultez le site diocésain pour connaître les horaires et les lieux.

### **MARCH 13**

#### ***What Catholics Believe with Fr. Kevin Maloney***

Over 6 weeks you will explore the Gospel of Mark. Join him Wednesday mornings at 9 am at St. Francis de Sales Parish beginning March 13th.

### **MARCH 16**

#### ***One Day Lenten Retreat***

Join the parishioners of St. Raphael's and St. Margaret of Scotland for a day-long Lenten retreat. Fr Allan MacDonald, CC will preach the retreat. Contact Carmel at 613-347-3196 or Inez at 613-347-7666 so that they will have a lunch for you.

### **17 - 20 MARS**

#### ***Retraite pour le Carême - Cornwall***

Vous êtes invités à nous rejoindre pour la retraite de carême des paroisses francophones de la ville de Cornwall. Notre nouvel évêque auxiliaire, Mgr Guy Desrochers, C.Ss.R. prêchera la retraite de quatre jours. Le thème est "L'Église, ma famille, je l'aime". St-Félix-de-Valois à 19h chaque soir.

### **23 - 27 MARS**

#### ***Retraite pour le Carême - Alexandria***

Vous êtes invités à nous rejoindre pour une retraite de carême. Notre nouvel évêque auxiliaire, Mgr Guy Desrochers, C.Ss.R. prêchera la retraite de quatre jours. Le thème est "L'Église, ma famille, je l'aime." Paroisse Sacré-Coeur à 19h chaque soir.

### **MARCH 31 - APRIL 2**

#### ***Lenten Retreat***

The theme of this year's Lenten retreat for the English parishes of the City of Cornwall is "Christ is Everything for Us!" Tom Edwards, and his wife Jean Marie, of Renewal Ministries, will preach this year's retreat. The retreat begins each evening at 7 pm at St Peter's Church.

### **APRIL 6**

#### ***Women's Morning of Reflection***

Join guest speaker Ellie Herkach who will address the topic of "Loving Life, A Spiritual Work of Mercy". The morning begins at 9:30 am with Mass. Join us at Centre Charles-Émile Claude.

### **APRIL 3 AVRIL**

#### ***Journée du Pardon / Day of Confessions***

Joignez-vous à nous pour la Journée annuelle du Pardon. Les confessions seront entendues dans plusieurs de nos paroisses. Tous les détails sont disponibles sur le site diocésain. Que ce soit quelques mois ou plusieurs années après votre dernière confession, vous partirez en sachant que Dieu vous aime!

Join us for the Diocese's fifth annual Day of Confessions. Confessions will be heard in a number of our parishes throughout the Diocese. Full details available on the diocesan website. Whether it's been a few months or many years since you last went to confession you will leave knowing God loves you!

### **APRIL 14 - 21 AVRIL**

#### ***Holy Week / Semaine Sainte***

We encourage you to take full advantage of this most Holy time of the year by attending as many of the Masses as you can. It will raise your experience with Jesus to a new level. Visit the diocesan website for times and places.

Nous vous encourageons à profiter pleinement de cette période très sainte en assistant au plus grand nombre de messes possible. Cela élèvera votre expérience avec Jésus à un tout autre niveau. Consultez le site diocésain pour connaître les horaires et les lieux.

### **APRIL 15 AVRIL**

#### ***Messe chrismale / Chrism Mass***

Joignez-vous à l'évêque et les prêtres du diocèse pour la bénédiction annuelle des huiles. Ces huiles sont distribuées aux paroisses du diocèse pour une utilisation au cours de l'année. Les prêtres re-

nouvellent également leurs promesses sacerdotales pendant la messe. Cathédrale de la Nativité à 19h

Join the bishop and priests of the Diocese, for the annual blessing of the oils. These oils are then distributed to the parishes of the diocese for use during the coming year. The priests also renew their priestly promises during the Mass. 7 pm at Nativité.

### **APRIL 18 - 20 AVRIL**

#### ***The Sacred Paschal Triduum / Triduum paschal***

The celebration of the Easter Triduum opens with the evening Mass of the Lord's Supper and reaches its climax in the Easter Vigil.

Le Triduum paschal de la Passion et de la Résurrection du Seigneur commence avec la messe du soir le Jeudi saint et atteint son sommet dans la Veillée pascale.

### **APRIL 19 AVRIL**

#### ***Vendredi saint, La Passion du Seigneur***

Nous allons projeter "La passion du Christ" de Mel Gibson à 10h au cinéma Port.

Le chemin de croix pour famille. Heure et lieu à déterminer. Visiter le site web diocésain pour les détails.

#### ***Good Friday - Friday of the Passion of the Lord***

We will be screening Mel Gibson's The Passion of the Christ at 10 am at the Port Theatre.

Family Stations of the Cross. Time and location TBD. Visit the diocesan website for complete details.

### **APRIL 22 - 26 AVRIL**

#### ***Easter Octave***

If you missed it 2 years ago, here is your chance to see "Risen" the story of Clavius, a Roman soldier, who is tasked with solving the mystery of what happened to Jesus, in order to disprove the rumors of a risen Messiah and prevent an uprising in Jerusalem. It will be shown daily at 1:30 pm at The Port Theatre.