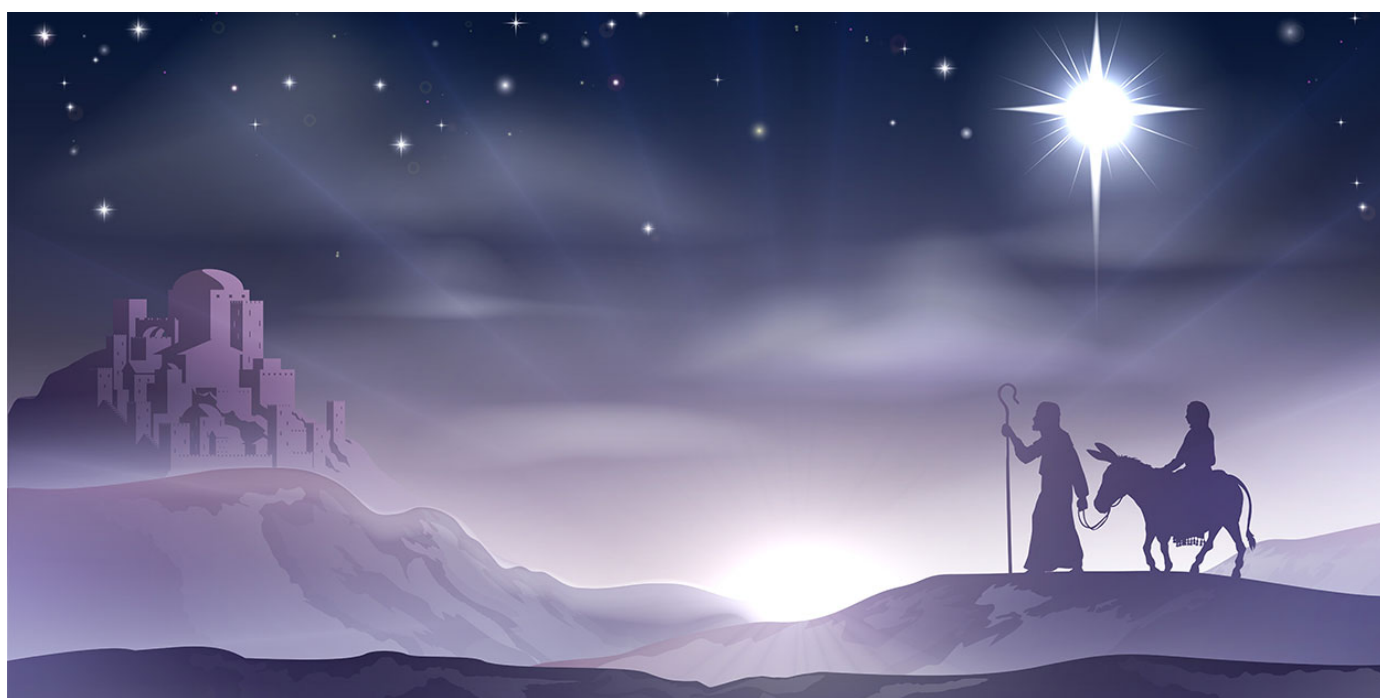


Les paroisses de Sâles, Vaulruz et Vuadens



vous invitent à vivre ensemble
le temps de l'Avent...

PROPOSITIONS POUR LE TEMPS DE L'AVEÏT

☐ *Regarder la neige tomber*

☐ Offrir son aide
à quelqu'un

☐ *Se réjouir*

☐ LE SOIR, ALLUMER UNE BOUGIE
SUR LE BORD DE LA FENÊTRE

☐ *Appeler une connaissance
pour prendre des nouvelles*

☐ Se préparer à la belle
fête de Noël

☐ *Espérer*

☐ FAIRE DES BISCUITS DE NOËL
(OU SIMPLEMENT EN MANGER)

☐ *Prendre du temps pour soi*

☐ Se souvenir de l'histoire
de la Nativité, la relire

☐ *Pardonner*

☐ ATTENDRE MAIS SANS IMPATIENCE
(DANS UNE FILE D'ATTENTE, UN RDV...
LA NAISSANCE DE JÉSUS...)

☐ *Écrire une carte de vœux*

☐ Faire un compliment

☐ *Boire un thé en souriant*

☐ FAIRE QUELQUE CHOSE
D'INATTENDU POUR QUELQU'UN

☐ *Faire une liste de nos qualités*

☐ Raconter un beau
souvenir de Noël

☐ *S'aimer soi-même*

☐ VOIR LE POSITIF

☐ *Marcher dans la nature*

☐ Sourire à quelqu'un qui
nous regarde

☐ *Dire Merci*

☐ CHANTER UN CHANT DE NOËL OU
LIRE UN POÈME DE NOËL

Masques de Noël et décorations

*Samedi 12 décembre 2020 et samedi 19 décembre 2020,
de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00,
à la salle paroissiale de Vuadens*

Nous proposons, aux familles et à tous ceux qui sont intéressés, des ateliers de bricolages de Noël. Deux activités d'une demi-heure environ seront organisées.

- Fabrication de masques de protection en tissu spécial Noël
- Créations de petites décorations pour le sapin ou la table de fête



Le matériel sera mis à disposition et, pour chaque atelier, deux personnes aideront les participants. Il sera également possible de venir chercher du matériel sans participer aux ateliers.

En raison du coronavirus, il est demandé de s'inscrire et de respecter les plages horaires qui seront définies, afin de ne pas mélanger les familles. Toutes les mesures de protection sanitaires nécessaires seront mises en place et l'activité ne sera organisée que si les directives le permettent à ce moment-là.

Inscription, pour un des ateliers ou les deux : xschaller@gmail.com ou par téléphone ou message au 078 866 30 53.

Un sapin pour tous

Pour le temps de l'Avent, un sapin sera installé devant l'église de Vuadens. Tous les paroissiens sont invités à y suspendre (ou plutôt y attacher une décoration, afin d'éviter que le vent ne la fasse tomber).

Tous les types de décoration sont les bienvenues.

Couronnes de l'Avent

Vendredi 27 novembre 2020,

de 18h00 à 19h00, à l'abri PC de l'école de Romanens

Nous mettons à votre disposition du matériel naturel pour la confection de couronnes de l'Avent. Cette année, pour des raisons sanitaires, il ne sera pas possible de confectionner les couronnes sur place.



Chaîne de gourmandises

Nos 2 foyers pour personnes âgées de Sâles et Vuadens vivent des moments difficiles. Nous proposons de manifester notre soutien et notre solidarité envers le personnel de ces établissements en leur apportant chaque jour, jusqu'à Noël, des gourmandises (tresse, gâteaux, biscuits, fruits, pommes séchées..).

Cette action a déjà démarré en octobre.

Pour renseignements et inscriptions, veuillez vous adresser :

- Pour Sâles : Véronique Marchon 076 414 18 29 (16h30-18h30) ou Céline Uldry 079 791 09 67 (16h00-18h00)
- Pour Vaulruz : Marie Borcard 079 280 37 46
- Pour Vuadens : Odile Jaquet 026 913 86 28



CETTE ANNÉE, EN RAISON DU CORONAVIRUS,
LES FENÊTRES DE L'AVENT NE POURRONT PAS AVOIR LIEU.



AFIN QUE LE TEMPS DE L'AVENT SE PASSE QUAND MÊME DANS L'ÉCHANGE ET LE
PARTAGE, LE CONSEIL DE COMMUNAUTÉ DE VAULRUZ VOUS PROPOSE UNE PETITE
ACTIVITÉ QUE CHACUN POURRA FACILEMENT RÉALISER...

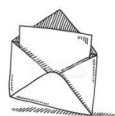
ENTRE LE 1^{ER} ET LE 24 DÉCEMBRE NOUS INVITONS CHAQUE PERSONNE
À ÉCRIRE 1 CARTE DE VŒUX À UNE (OU PLUSIEURS) AUTRE(S) PERSONNE(S)
DE SA COMMUNE... ÇA PEUT ÊTRE À UNE CONNAISSANCE, OU ALORS
À UNE ADRESSE PIQUÉE 'AU BOL' DANS LE 'BOTTIN'.

LE BUT EST QU'UN PETIT ÉCHANGE DE LETTRES/CARTES SE FASSE.
UN MOMENT DE PARTAGE, DANS CETTE PÉRIODE OÙ LES RELATIONS SOCIALES
SE SONT BEAUCOUP PERDUES.

ÉCRIRE, UNE ACTIVITÉ QUE NOUS NE FAISONS QUE TRÈS RAREMENT
ET POURTANT UNE PETITE CARTE FAIT SI PLAISIR À RECEVOIR... ET À ÉCRIRE !

N'OUBLIEZ PAS DE LA SIGNER ET D'Y METTRE VOTRE ADRESSE
VOUS RECEVREZ PEUT-ÊTRE UN PETIT MOT EN ÉCHANGE...

MALGRÉ CETTE PÉRIODE PARTICULIÈRE, NOUS VOUS SOUHAITONS UN TEMPS DE
L'AVENT REMPLI D'ÉCHANGE, D'AMOUR ET DE PARTAGE !



Une étoile



Pour que le monde soit plus beau, Seigneur,

Je voudrais allumer des étoiles dans la nuit.

Une étoile du regard pour un peu de lumière dans le cœur de celles et ceux à qui personne ne fait jamais attention.

Une étoile d'écoute pour un peu de chaleur dans le cœur de celles et ceux à qui personne ne donne du temps.

Une étoile de parole pour un peu de joie procurée par quelques mots d'encouragement, de merci, de tendresse.

Une étoile de service pour un peu de partage avec des mains qui se tendent, qui travaillent, qui s'unissent.

Une étoile de parfum pour respirer à fond la vie, pour admirer et ressentir les merveilles qui nous entourent.

Je voudrais, Seigneur, allumer juste quelques petites étoiles pour conduire le monde jusqu'à toi.

Toi qui viens à nous pour nous dire l'**AMOUR**.

Poème de Danielle Sciaky

Cette année 2020 a été particulièrement éprouvante pour tous. De manière à nous sentir rassemblés durant ce temps de l'Avent, nous vous proposons de détacher l'étoile se trouvant au centre de ce livret pour l'utiliser comme :



Un vitrail sur une fenêtre, un photophore ou de toute autre manière selon votre créativité...

Idéalement, vous pouvez placer l'étoile vers une fenêtre donnant sur la rue, pour que chacun ait la possibilité de l'admirer.

Noël solidaire



Caritas-Gruyère est une association indépendante qui ne fonctionne qu'avec des bénévoles. En cette année 2020, Caritas-Gruyère marque ses 20 ans d'existence en Gruyère. L'association ne vit que de dons totalement destinés aux personnes et familles en difficulté qui s'adressent à nous.

Deux demi-jours par semaine, un accueil est ouvert à tous, sans rendez-vous, pour nous demander : une aide financière pour de la nourriture ou pour payer une facture, des conseils, une aide administrative, une écoute, ...

Un repas-partage est servi tous les lundis midi au Centre paroissial de La Tour-de-Trême. Ce repas est ouvert à toutes les personnes et familles.

Caritas-Gruyère s'occupe de la distribution de nourriture par l'organisation de Table-couvre-Toi à Bulle.

A la mi-mars, en raison du coronavirus, toutes les activités ont été stoppées. Très rapidement, nous avons mis en place une permanence téléphonique et avons répondu à de nombreuses demandes surtout pour de la nourriture, par l'envoi de bons d'achat. Dès juillet, nous fonctionnons à un rythme plus élevé que l'an dernier. **Les demandes ne diminuent pas ; beaucoup de familles sont en grande difficulté.** Si nous pouvons bénéficier de votre aide, nous pourrions mieux les soutenir.

Vous trouverez plus d'informations sur notre site internet www.caritas-gruyere.ch.

Les conseils de communauté de Sâles, Vulruiz et Vuadens s'unissent et vous proposent de soutenir Caritas-Gruyère de deux manières :

- Par une collecte de denrées alimentaires, qui seront distribuées par Caritas-Gruyère sous forme de petits sachets durant la période de Noël, tels que cacahuètes, noix, bouteilles de Rimus, paquets de biscuits, pots de confiture.

Vous pouvez déposer vos dons alimentaires dans les caisses prévues à cet effet au fond des églises de Sâles, Vulruiz et Vuadens dès réception de ce livret jusqu'au 17 décembre 2020.

- Par un don financier sur leur compte auprès de la Banque RAIFFEISEN Moléson IBAN CH60 8080 8009 1256 3205 1

MERCI infiniment pour votre soutien !

Le récit de Noël

(Luc 2, 1-20 adapté)

Les deux fiancés, Marie et Joseph, doivent se mettre en route pour un long voyage jusqu'à la ville de Bethléem, la ville de David, pour aller s'inscrire, (c'est-à-dire aller donner son nom pour l'écrire sur une liste).



Le moment de la naissance est proche.

Marie a besoin de s'installer dans un endroit tranquille pour mettre au monde son bébé. Comme il y a du monde partout et que la salle prévue pour les gens est pleine, Marie et Joseph se mettent à la recherche d'un autre endroit pour s'installer. Le seul endroit qu'ils trouvent est une étable, lieu où dorment les animaux.

Et c'est ici que naît l'enfant.



Ses parents l'appellent Jésus. Joseph et Marie l'emballent dans des langes pour qu'il n'ait pas froid et, en guise de petit lit, le couchent dans la mangeoire des animaux.



Les bergers sont en train de veiller, la nuit, dans les champs pour garder leur troupeau. Un ange est envoyé par Dieu pour annoncer la bonne nouvelle de la naissance de Jésus, fils de Dieu. Et alors que les bergers veillent dans les champs, l'ange apparaît et les bergers sont inondés de lumière.

Ils sont d'abord effrayés. Alors l'ange leur dit :

« N'ayez pas peur, je viens vous annoncer une grande nouvelle, une bonne nouvelle ! Ce sera une grande joie pour tout votre peuple. Le sauveur que vous attendiez depuis si longtemps est né !

Vous trouverez un petit bébé, il est enveloppé de langes et couché dans une mangeoire.»

Tout à coup, il y a beaucoup d'autres anges qui chantent Dieu : «Gloire à Dieu là-haut, dans le ciel, et paix aux hommes sur la terre ! Dieu les aime !»

Alors les bergers se mettent en route pour aller voir l'enfant, le Sauveur. Ils trouvent le bébé, enveloppé de langes, couché dans la mangeoire. Tout est comme l'ange l'a annoncé.

Après avoir vu l'enfant, les bergers repartiront, tout heureux et iront annoncer la bonne nouvelle à tout le monde.

Couronne des Rois

La tradition de la galette des rois remonte au temps des Romains. Elle fut reprise par le Christianisme en célébration des rois mages, puis se perdit peu à peu jusqu'à ce que Max Währen, un bernois ayant étudié l'histoire du pain, incite des boulangers à la relancer en 1952.

Nous vous invitons à partager cette recette en famille. Bonne préparation et bon appétit !

8. Badigeonner de jaune d'œuf, parsemer d'amandes effilées et de sucre perlé.

Cuire 25-30 min dans la partie inférieure du four à 200°

1. Recouvrir les raisins secs d'eau chaude

7. Disposer les boules à peu d'intervalles autour de la boule centrale. Recouvrir d'un linge humide et laisser lever 15 min.

6. Partager le reste de la pâte en 8 boules, cacher la fève dans l'une d'elles.

- 100 g de raisins secs
- 500 g de farine
- 3 cs de sucre
- 1 cc de sel
- 30 g de levure émiettée
- 2,5 à 3 dl de lait tiède
- 75 g de beurre fondu refroidi
- 1 jaune d'œuf battu avec 1 cs de lait
- 2 cs d'amandes effilées
- un peu de sucre perlé

2. Pâte Mélanger la farine le sucre et le sel former un puits.

Diluer la levure dans un peu de lait et le beurre.

5. Former une boule avec un quart de la pâte, poser sur la plaque chemisée de papier sulfurisé.

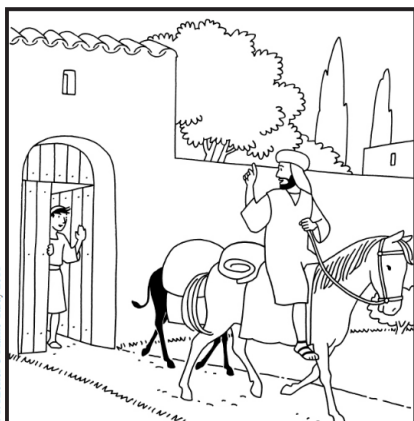
4. Egoutter les raisins, pétrir dans la pâte.

Couvrir et laisser à nouveau doubler de volume.

3. Pétrir en une pâte souple.

Couvrir et laisser doubler de volume à température ambiante.

Les 4 dimanches de l'Avent



J.-F. Kieffer © Mame-Tudy 2011

1^{er} dimanche

**Mon Dieu,
Viens dans mon cœur.
Je ne te vois pas,
Mais je t'aime,
Je t'attends.
Amen.**



Ce dimanche, nous sommes appelés à veiller, à nous mettre en attitude d'attente. Nous avons plusieurs semaines avant Noël. Demandons au Seigneur de travailler notre cœur à la manière d'une terre ou d'un jardin, se préparant à accueillir la semence qui va germer en nous. Veiller pour recevoir la lumière divine, le saint des saints, notre Seigneur

2^{ème} dimanche

**Seigneur Jésus,
Comme Jean-Baptiste,
Je désire t'accueillir
Plus que tout,
Amen.**



J.-F. Kieffer © Mame-Tudy 2011

Ce deuxième dimanche de l'avent, nous est présentée la figure de Jean-Baptiste. Le grand veilleur par excellence, celui qui prépare les chemins du Seigneur. Jean-Baptiste nous est montré comme ami de l'époux. Comme lui, nous sommes invités à donner de la place au Seigneur. Du temps pour attendre, du temps pour se mettre en route, du temps pour accueillir le Seigneur des seigneurs



J.-F. Kieffer © Mame-Tudy 2011

3^{ème} dimanche

**Seigneur Jésus,
Tu as envoyé Jean-Baptiste pour être ton témoin. Comme lui, je reconnais que tu es le Messie, mon Sauveur et je t'annonce.
Alléluia**



Ce dimanche, l'Église nous propose un évangile qui met en scène la figure de Jean-Baptiste. Le précurseur doit témoigner au sujet de Jésus, et il le fait magnifiquement. Il est la voix qui crie dans le désert, il est celui qui annonce la présence du Seigneur, mais il se sent pauvre et petit, il ne se sent pas digne de défaire les sandales de Jésus son cousin. Cette proximité est bouleversante.

En ce dimanche, nous pouvons demander la grâce d'annoncer le Seigneur dans l'humilité, comme l'a fait Jean le Baptiste

4^{ème} dimanche

**Saint Marie,
tu as accueilli
le Fils de Dieu en toi,
Tu as accepté
d'être la maman de
Jésus. Aide-nous à
l'accueillir dans nos
cœurs. Amen**



J.-F. Kieffer © Mame-Tudy 2011

Alors l'ange la quitta." Marie vient de recevoir l'annonce qu'elle va enfanter un fils. La toute Vierge et immaculée reçoit cette visite inattendue, qui vient bouleverser sa vie. La toute pure va concevoir dans sa chair vierge, sans tache. Le Très-haut se penche sur elle et va la combler. Mais l'ange la quitte. Cela ne veut pas dire qu'il l'abandonne, il la laisse plutôt à sa liberté d'enfant de Dieu, chérie par Lui depuis toujours...

Avec Marie rendons grâces pour les merveilles de Dieu.

Service de la Communion

En ces temps de Coronavirus, dans un geste de foi et de partage, les Conseils paroissiaux et de communauté proposent aux personnes âgées, isolées ou malades, qui le souhaitent, de recevoir l'Eucharistie à domicile.

Les personnes intéressées peuvent en faire la demande auprès des personnes suivantes :

- Pour Sâles : Sidonie Oberson 076 414 18 29
- Pour Vulruz : Jeanine Seydoux 026 912 80 44 ou 079 483 15 33
- Pour Vuadens : Chantal Tercier 026 912 92 29

Précisons que ce service de la Communion se fera dans le strict respect des mesures sanitaires édictées par l'État.

Merci à tous et au plaisir d'une prochaine rencontre.

Agenda

- ◆ 4 décembre 2020, 18h30, Vulruz : vente de sapins de Noël
- ◆ 6 décembre 2020, 10h00, Sâles : messe
- ◆ 8 décembre 2020, 10h00, Vuadens : Immaculée Conception
- ◆ 11 décembre 2020, 18h30, Sâles : vente de sapins de Noël
- ◆ 13 décembre 2020, 10h00, Vulruz : messe
- ◆ 20 décembre 2020, 10h00, Sâles : messe
- ◆ 24 décembre 2020, 17h00, Sâles : messe
- ◆ 24 décembre 2020, 24h00, Vuadens : messe de minuit
- ◆ 25 décembre 2020, 10h00, Vulruz : messe de Noël
- ◆ 26 décembre 2020, 10h00, Sâles : messe patronale
- ◆ 27 décembre 2020, 10h00, Vuadens : messe
- ◆ 1er janvier 2021, 10h00, Vuadens : messe patronale