



ÉGLISE CATHOLIQUE  
EN CHARENTE  
Diocèse d'Angoulême

---

## 40 gestes d'amour pour le Carême 2026

---

40 jours pour préparer son coeur à la fête de Pâques. Avançons à petits pas, dans l'attention aux autres, la sobriété et la prière.

40 idées de résolution, par le pape François.

Jour 1 – SE CONVERTIR, pour un Carême plus sain

---

©2026 - Diocèse d'Angoulême - 18/02/2026 -  
<https://charente.catholique.fr/est-charente/agenda/40-gestes-damour-pour-le-careme-2026/>