

VOUS TROUVEREZ SUR [WWW.CATHOLIQUEOTTAWA.CA](http://WWW.CATHOLIQUEOTTAWA.CA) :

☐☐ **LE MESSAGE D'ENCOURAGEMENT DE MGR PRENDERGAST**

☐☐ **L'ÉGLISE VIRTUELLE** – La messe dominicale à la cathédrale Notre-Dame, Ottawa, ainsi que des liens aux messes diffusées à la télévision et sur internet : <https://catholiqueottawa.ca/eglise-virtuelle>

☐☐ **COMMUNION SPIRITUELLE** - L'Église encourage les fidèles à célébrer le sacrement de l'Eucharistie fréquemment, chaque jour lorsque cela est possible, mais si nous ne pouvons le faire comme cela peut arriver durant une épidémie – comme celle que nous connaissons présentement avec le coronavirus – ou en autres temps, nous pouvons tout de même nous unir à Dieu en faisant une Communion spirituelle.

☐☐ **RÉFLEXIONS QUOTIDIENNES DE MGR PRENDERGAST EN CE TEMPS DU COVID 19-** Celles-ci sont disponibles sur le site web du diocèse ([www.catholiqueottawa.ca](http://www.catholiqueottawa.ca)) . En voici un aperçu :

☐☐ **23 mars** - Que pouvons-nous faire? Je vous soumets une suggestion : la récitation du Rosaire. Voilà une prière que nous pouvons faire alors que nous cherchons des mots pour nous adresser à Dieu et à Marie en ces temps difficiles qui nous causent plein d'ennuis.

☐☐ **24 mars** – Le pape François recommande de réciter le *Notre Père* fréquemment. Permettez-moi de vous inviter à réciter cette prière avec moi chaque jour à 7h, midi et 19h.

☐☐ **25 mars** - Nous pouvons tous tirer profit de ce jeûne que nous n'avons pas choisi librement mais qui nous a été imposé. Nous pouvons l'accepter dans un esprit de solidarité avec les nombreuses personnes qui habitent les régions éloignées de notre pays et qui ont très rarement accès à la Sainte Communion.