



# VIVEZ 40 JOURS DE JEÛNE DE ET DE PRIÈRE

avec la Mission Ruah  
du 18 février au 29 mars 2026



Jeûne au pain et à l'eau



Prière



Charité

« Ce n'est pas moi qui jeûne, c'est Jésus qui jeûne en moi »

# TÉMOIGNAGES

« *Le jeûne nous a permis de vivre un vrai carême où nous avons expérimenté une forte présence de Dieu, une paix intérieure et des grâces de prière, confession et de libération.* »

*Sibylle et Philippe Grange*

Vous trouverez des témoignages percutants  
à écouter sur YouTube :

- ⇒ [Le jeûne a renforcé notre amour](#)
- ⇒ [Jésus a guéri ma relation avec la nourriture](#)
- Et plein d'autres ...

## CONCRÈTEMENT :

- Chaque matin : Demander à Jésus de venir jeûner en moi
- Accompagnement chaque jour par la Mission Ruah : 10 minutes d'enseignement quotidien à partir de la parole de Dieu du père Claudio Barbut (fondateur de la Mission Ruah, prêtre du diocèse de Bucarest qui a travaillé au Vatican pendant 9 ans au Conseil Pontifical pour la famille)
-  Possibilité de joindre une réunion Zoom chaque vendredi - 20h30 : Partage • Enseignements • Témoignages • Prière
-  Groupe WhatsApp avec un responsable joignable pendant les 40 jours de jeûne

Pour plus d'informations :

[infos.missionruah@gmail.com](mailto:infos.missionruah@gmail.com)



**+39 333 400 4924**

*(la responsable francophone est en Belgique)*