



PROGRAMME DES  
JEUNES FILLES  
**MON PROGRÈS  
PERSONNEL**



ÊTRE TÉMOIN DE DIEU

# LE CHRIST VIVANT

## LE TÉMOIGNAGE DES APÔTRES

EGLISE DE JÉSUS-CHRIST DES SAINTS DES DERNIERS JOURS



**A**u moment où nous célébrons le deux millième anniversaire de la naissance de Jésus-Christ, nous témoignons de la réalité de sa vie sans pareille et du pouvoir infini de son grand sacrifice expiatoire. Personne d'autre n'a eu une influence aussi grande que lui sur tous les gens qui ont vécu ou qui vivront un jour sur la terre.

Il était le grand Jéhovah de l'Ancien Testament, le Messie du Nouveau Testament. Sous la direction de son Père, il a créé la terre. «Toutes choses ont été faites par [lui], et rien de ce qui a été fait n'a été fait sans [lui]» (Jean 1:3). Bien que sans péché, il s'est fait baptiser pour accomplir toute justice. Il «allait de lieu en lieu faisant du bien» (Actes 10:38), mais il était méprisé pour cela. Son Evangile était un message de paix et de bonne volonté. Il a demandé instamment à tous de suivre son exemple. Il a parcouru les routes de Palestine, guérissant les malades, rendant la vue aux aveugles et ressuscitant les morts. Il a enseigné les vérités de l'éternité, la réalité de notre existence prémortelle, le but de notre vie sur la terre et le potentiel des fils et des filles de Dieu dans la vie à venir.

Il a institué la Sainte-Cène comme rappel de son grand sacrifice expiatoire. Il a été arrêté et jugé sur de fausses accusations, déclaré coupable pour satisfaire la foule et condamné à mourir sur la croix du Calvaire. Il a fait don de sa vie pour expier les péchés de tout le genre humain. C'était là un don inestimable fait par procuration pour tous les gens qui vivraient sur la terre.

Nous témoignons solennellement que sa vie, qui est l'élément essentiel de toute l'histoire humaine, n'a pas commencé à Bethléhem et ne s'est pas achevée au Calvaire. Il était le Premier-né du Père, le Fils unique dans la chair, le Rédempteur du monde.

Il s'est levé du tombeau pour être «les prémices de ceux qui sont morts» (1 Corinthiens 15:20). En qualité de Seigneur ressuscité, il a rendu visite aux gens qu'il aimait lorsqu'il vivait sur la terre. Il a aussi rempli son ministère auprès de ses «autres brebis» (Jean 10:16) dans l'Amérique ancienne. Dans les temps modernes, son

Père et lui sont apparus au jeune Joseph Smith, ouvrant la dispensation de la plénitude des temps depuis longtemps promise.

Le prophète Joseph a écrit à propos du Christ vivant: «Ses yeux étaient comme une flamme de feu, ses cheveux étaient blancs comme la neige immaculée, son visage était plus brillant que l'éclat du soleil et sa voix était comme le bruit du déferlement de grandes eaux, oui, la voix de Jéhovah, disant:

«Je suis le premier et le dernier; je suis celui qui vit, je suis celui qui fut immolé; je suis votre avocat auprès du Père» (D&A 110:3-4).

Le prophète a aussi déclaré à son sujet: «Et maintenant, après les nombreux témoignages qui ont été rendus de lui, voici le témoignage, le dernier de tous, que nous rendons de lui: qu'il vit!

«Car nous le vîmes, et ce, à la droite de Dieu; et nous entendîmes la voix rendre témoignage qu'il est le Fils unique du Père;

«Que par lui, à travers lui et en lui, les mondes sont et furent créés, et que les habitants en sont des fils et des filles engendrés pour Dieu» (D&A 76:22-24).

Nous déclarons solennellement que sa prétrise et son Eglise ont été rétablies sur la terre et que son Eglise est édifiée «sur le fondement des apôtres et des prophètes, Jésus-Christ lui-même étant la pierre angulaire» (Ephésiens 2:20).

Nous témoignons qu'il reviendra un jour sur la terre. «Alors la gloire de l'Eternel sera révélée, et au même instant toute chair la verra» (Esaïe 40:5). Il gouvernera en Roi des rois et régnera en Seigneur des seigneurs, et tout genou fléchira et toute langue confessera qu'il est le Christ. Nous comparaitrions tous pour être jugés par lui selon nos œuvres et les désirs de notre cœur.

Nous, ses apôtres dûment ordonnés, nous témoignons que Jésus est le Christ vivant, le Fils immortel de Dieu. Il est le grand roi Emmanuel qui se tient aujourd'hui à la droite de son Père. Il est la lumière, la vie et l'espoir du monde. Ses voies mènent au bonheur dans cette vie et à la vie éternelle dans le monde à venir. Dieu soit loué pour le don sans pareil de son Fils divin!

### LA PREMIÈRE PRÉSIDENTE

### LE COLLÈGE DES DOUZE



*Venez au Christ,  
et soyez rendus parfaits en lui  
(Moroni 10:32).*

# DÉCLARATION AU MONDE

LA PREMIÈRE PRÉSIDENTE ET LE CONSEIL DES DOUZE APÔTRES  
DE L'ÉGLISE DE JÉSUS-CHRIST DES SAINTS DES DERNIERS JOURS

*NOUS*, PREMIÈRE PRÉSIDENTE et Conseil des douze apôtres de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, déclarons solennellement que le mariage de l'homme et de la femme est ordonné de Dieu et que la famille est essentielle au plan du Créateur pour la destinée éternelle de ses enfants.

**Tous les êtres humains**, hommes et femmes, sont créés à l'image de Dieu. Chacun est un fils ou une fille d'esprit aimé de parents célestes, et, à ce titre, chacun a une nature et une destinée divines. Le genre masculin ou féminin est une caractéristique essentielle de l'identité et de la raison d'être individuelle prémortelle, mortelle et éternelle.

**Dans la condition prémortelle**, les fils et les filles d'esprit connaissaient et adoraient Dieu, leur Père éternel. Ils acceptèrent son plan selon lequel ses enfants pourraient obtenir un corps physique et acquérir de l'expérience sur la terre de manière à progresser vers la perfection, et réaliser en fin de compte leur destinée divine en héritant la vie éternelle. Le plan divin du bonheur permet aux relations familiales de perdurer au-delà de la mort. Les ordonnances et les alliances sacrées que l'on peut accomplir dans les saints temples permettent aux personnes de retourner dans la présence de Dieu, et aux familles d'être unies éternellement.

**Le premier commandement** que Dieu a donné à Adam et Eve concernait leur potentiel de parents, en tant que mari et femme. Nous déclarons que le commandement que Dieu a donné à ses enfants de multiplier et de remplir la terre reste en vigueur. Nous déclarons également que Dieu a ordonné que les pouvoirs sacrés de procréation ne doivent être employés qu'entre l'homme et la femme, légitimement mariés.

**Nous déclarons** que la manière dont la vie dans la condition mortelle est créée a été ordonnée par Dieu. Nous affirmons le caractère sacré de la vie et son importance dans le plan éternel de Dieu.

**Le mari et la femme** ont la responsabilité solennelle de s'aimer et de se chérir et d'aimer et de chérir leurs enfants. «Les enfants sont un héritage de l'Éternel» (Psaumes 127:3, traduction littérale de la

King James Version, N.d.T.). Les parents ont le devoir sacré d'élever leurs enfants dans l'amour et la droiture, de subvenir à leurs besoins physiques et spirituels, de leur apprendre à s'aimer et à se servir les uns les autres, à observer les commandements de Dieu et à être des citoyens respectueux des lois, où qu'ils vivent. Les maris et les femmes (les mères et les pères) seront responsables devant Dieu de la manière dont ils se seront acquittés de ces obligations.

**La famille** est ordonnée de Dieu. Le mariage entre l'homme et la femme est essentiel à son plan éternel. Les enfants ont le droit de naître dans les liens du mariage et d'être élevés par un père et une mère qui honorent leurs vœux de mariage dans la fidélité totale. On a le plus de chances d'atteindre le bonheur en famille lorsque celle-ci est fondée sur les enseignements du Seigneur Jésus-Christ. La réussite conjugale et familiale repose, dès le départ et constamment, sur la foi, la prière, le repentir, le pardon, le respect, l'amour, la compassion, le travail et les divertissements sains. Par décret divin, le père doit présider sa famille dans l'amour et la droiture, et a la responsabilité de pourvoir aux besoins vitaux et à la protection de sa famille. La mère a pour première responsabilité d'élever ses enfants. Dans ces responsabilités sacrées, le père et la mère ont l'obligation de s'aider en qualité de partenaires égaux. Un handicap, la mort ou d'autres circonstances peuvent nécessiter une adaptation particulière. La famille élargie doit apporter son soutien quand cela est nécessaire.

**Nous lançons** une mise en garde: les personnes qui enfreignent les alliances de la chasteté, qui font subir des sévices à leur conjoint ou à leurs enfants, ou qui ne s'acquittent pas de leurs responsabilités familiales devront un jour en répondre devant Dieu. Nous faisons également cette mise en garde: la désagrégation de la famille attirera sur les gens, les collectivités et les nations les calamités prédites par les prophètes d'autrefois et d'aujourd'hui.

**Nous appelons** les citoyens responsables et les dirigeants des gouvernements de partout à promouvoir des mesures destinées à sauvegarder et à fortifier la famille dans son rôle de cellule de base de la société.

*Cette déclaration a été lue par Gordon B. Hinckley, président de l'Église, au cours de son discours prononcé lors de la réunion générale de la Société de Secours qui s'est déroulée le 23 septembre 1995 à Salt Lake City.*



## TABLE DES MATIÈRES

Le Christ vivant:

Le témoignage des apôtres . . . deuxième page de couverture

La Famille: Déclaration au monde . . . . . II

Bienvenue dans le programme des Jeunes Filles

Mon progrès personnel . . . . . 1

Principes pour que les jeunes soient forts . . . . . 2

Thème des Jeunes Filles . . . . . 5

Devise et logotype des Jeunes Filles . . . . . 6

Aperçu pour les jeunes filles . . . . . 7

Par où commencer . . . . . 9

Activités et projets concernant les vertus pour les

Jeunes Filles . . . . . 11

Foi . . . . . 12

Nature divine . . . . . 19

Valeur personnell . . . . . 26

Connaissance . . . . . 33

Choix et responsabilité . . . . . 40

Dévouement . . . . . 47

Intégrité . . . . . 54

Mon témoignage . . . . . 61

Distinction de la jeune fille accomplie . . . . . 63

Progrès constants . . . . . 64

Index par sujet . . . . . 65

Feuille de suivi de Mon progrès personnel . . . . . 67

Certificat d'accomplissement de Mon progrès personnel . . . . 68

Achèvement de Mon progrès personnel

et Recommandation . . . . . troisième page de couverture





Ce livre de Progrès personnel appartient à

---

*Nom de la jeune fille*



IV



# *BIENVENUE DANS LE PROGRAMME DES JEUNES FILLES MON PROGRÈS PERSONNEL*

Tu es une fille bien-aimée de notre Père céleste et tu as été préparée pour venir sur la terre à cette époque dans un but sacré et glorieux. Tu as le noble appel d'utiliser ta force et ton influence pour le bien. Ton Père céleste, qui t'aime, t'a donné en bénédiction des talents et des capacités qui t'aideront à t'acquitter de ta mission divine. Tu peux développer ces dons par la prière personnelle, l'étude des Ecritures, l'obéissance aux commandements et le service à autrui.

Use de ton influence pour être un encouragement et une bénédiction pour ta famille, les autres jeunes filles et les jeunes gens que tu fréquentes. Fais honneur à ta nature féminine, soutiens la prêtrise, et chéris l'idéal de la maternité et de la paternité.

En participant au programme des Jeunes Filles Mon progrès personnel, tu te joins à des milliers d'autres jeunes filles qui s'efforcent d'aller au Christ et « d'être les témoins de Dieu en tout temps, et en toutes choses, et dans tous les lieux » (Mosiah 18:9). Tiens conseil avec tes parents et choisis, en t'aidant de la prière, des buts qui t'aideront à cultiver les vertus féminines, à progresser spirituellement et à réaliser ton potentiel divin. Mets à profit le temps que tu passes chez les Jeunes Filles en te préparant à recevoir les ordonnances sacrées du temple, à être une épouse et une mère fidèle et à fortifier le foyer et la famille.



Première Présidence



## PRINCIPES POUR QUE LES JEUNES SOIENT FORTS

La Première Présidence a donné des directives pour tes décisions quotidiennes. Prends la décision de mettre ces principes en pratique, et cela t'apportera de la joie et t'aidera à te qualifier pour les bénédictions du temple. Étudie les principes expliqués dans la brochure Jeunes, soyez forts. Relis-les souvent. Prends l'engagement de les suivre. Si tu le fais, ton exemple fortifiera ta famille et les jeunes gens et les jeunes filles que tu fréquentes. Voici ces principes:

### **Libre arbitre et responsabilité**

Choisis la justice et le bonheur, quelles que soient les circonstances. Assume la responsabilité des choix que tu fais. Développe tes capacités et tes talents, et utilise-les pour le bien. Evite l'oisiveté et sois disposée à travailler dur.



### **Reconnaissance**

Aie une attitude reconnaissante dans tout ce que tu fais et dis. Remercie Dieu de tes bénédictions et remercie ceux qui t'aident.

### **Etudes**

Prépare-toi à exercer une bonne influence dans le monde. Fais des études et apprends avec enthousiasme. Va au séminaire.

### **Famille**

Fais ta part pour édifier un foyer heureux. Honore tes parents et resserre tes liens avec tes frères et sœurs.

### **Amis**

Choisis des amis qui ont les mêmes valeurs que toi. Traite tout le monde avec gentillesse et respect. Invite tes amis d'autres confessions aux activités de l'Eglise. Va vers les nouveaux convertis et les non-pratiquants.



## **Tenue vestimentaire et présentation**

Habilles-toi pudiquement pour montrer du respect pour Dieu et pour toi-même. Ne déroge en aucun cas aux règles que tu t'es fixées. Ne t'enlaidis pas par des tatouages ou des piercings.

## **Divertissements et médias**

Choisis des divertissements qui édifient. Evite tout ce qui comporte quoi que ce soit de vulgaire, d'immoral, de violent ou de pornographique. Engage-toi à respecter les principes de Dieu.

## **Musique et danse**

Ecoute une musique qui t'aide à te rapprocher de notre Père céleste. N'écoute pas de musique qui incite à l'immoralité, glorifie la violence ou utilise un langage grossier ou indécent. Quand tu dances, évite de serrer ton cavalier contre toi et de faire des mouvements suggestifs.

## **Langage**

Emploie un langage qui édifie, encourage et complimente les autres. Utilise les noms de Dieu et de Jésus-Christ avec respect. N'emploie pas de langage ou de gestes profanes, vulgaires et grossiers.

## **Sorties en couple**

Ne sors pas en couple avant d'avoir au moins seize ans. Ne sors qu'avec des personnes qui ont des principes élevés. Quand tu commences à sortir en couple, fais-le en groupe ou avec un autre couple. Organise des activités qui t'aident à rester proche de l'Esprit du Seigneur.

## **Pureté sexuelle**

Garde-toi sexuellement pure. N'aie pas de relations sexuelles avant le mariage. Ne prends pas part à des conversations ou à des activités qui éveillent les désirs sexuels. Ne te livre pas à des activités homosexuelles. Demande de l'aide si tu es victime d'un viol, d'un inceste ou d'une autre agression sexuelle.



## **Repentir**

Grâce à l'expiation du Sauveur, tu peux recevoir le pardon et être purifiée de tes péchés quand tu te repens. Confesse tes péchés au Seigneur et à ceux à qui tu as fait du tort. Si tu as commis des péchés graves, tu dois les confesser à ton évêque.

## **Honnêteté**

Sois honnête avec toi-même, avec les autres et avec le Seigneur. Ne justifie pas la malhonnêteté.

## **Respect du jour du sabbat**

Utilise le jour du sabbat pour adorer le Seigneur, aller à l'église, te rapprocher de ta famille et aider les autres. Ne cherche pas à te divertir ni à dépenser de l'argent le jour du sabbat. Lorsque c'est possible, évite de travailler le dimanche.

## **Dîme et offrandes**

Paie de bon cœur complètement la dîme. Assiste au règlement de la dîme. Obéis à la loi du jeûne.

## **Santé physique**

Observe la Parole de Sagesse. Mange des choses nourrissantes, fais régulièrement du sport et dors suffisamment. Ne prends pas de drogue, d'alcool, de café, de thé ou de tabac. N'abuse pas de médicaments sur ordonnance ou en vente libre

## **Service**

Sers les autres dans tes tâches pour l'Eglise et chez toi, à l'école et dans la localité. Demande chaque jour à être guidée par le Saint-Esprit pour savoir qui servir et comment répondre aux besoins des autres.

## **Va de l'avant avec foi**

Sois fidèle au Seigneur et à son Eglise. Prie régulièrement en privé et lis les Ecritures. Garde tes alliances et écoute les chuchotements de l'Esprit. Le Seigneur t'aidera à affronter tes épreuves et tes difficultés.



## THÈME DES JEUNES FILLES

*Nous sommes*

*les filles de notre Père céleste qui nous aime et que nous aimons. Nous serons «les témoins de Dieu, en tout temps, et en toutes choses, et dans tous les lieux» (Mosiah 18:9) en nous efforçant d'atteindre l'idéal des vertus pour les jeunes filles:*

*La foi*

*La nature divine*

*La valeur personnelle*

*La connaissance*

*Le choix, la responsabilité*

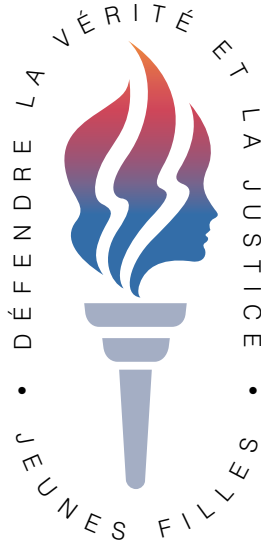
*Le dévouement*

*L'intégrité*

*Nous croyons qu'en acceptant ces vertus et en les pratiquant, nous nous préparerons à fortifier le foyer et la famille, à faire et à garder des alliances sacrées et à recevoir les ordonnances du temple et les bénédictions de l'exaltation.*



## DEVISE ET LOGOTYPE DES JEUNES FILLES



La devise des Jeunes Filles est : «Défendre la vérité et la justice». Le logotype est une torche entourée de la devise des Jeunes Filles. La torche représente la lumière du Christ et nous invite toutes à aller au Christ (voir Moroni 10:32). Elle invite toutes les jeunes filles à élever la lumière du Christ en gardant ses commandements.



## APERÇU POUR LES JEUNES FILLES

*Le programme des Jeunes Filles Mon progrès personnel t'aidera à apprendre et à appliquer les enseignements du Seigneur Jésus-Christ à ta vie, à te préparer à contracter les alliances sacrées du temple et à fortifier la famille.*

Le programme des Jeunes Filles Mon progrès personnel utilise les sept vertus pour les jeunes filles pour t'aider à comprendre plus complètement qui tu es, pourquoi tu es sur la terre et ce que tu dois faire en tant que fille de Dieu pour te préparer pour le jour où tu iras au temple contracter des alliances sacrées. Il t'aidera à te préparer pour ton rôle futur de femme, d'épouse, de mère et de dirigeante fidèle dans le royaume de Dieu. Le programme t'apprend comment prendre des engagements, les remplir et faire rapport de tes progrès à l'un de tes parents ou à un dirigeant. C'est un procédé que tu utiliseras ta vie durant pour apprendre et t'améliorer en tant que femme.

Tu peux commencer le programme des Jeunes Filles Mon progrès personnel lorsque tu quittes la Primaire, ou au moment de ton baptême, si tu as entre 12 et 18 ans. Pour l'accomplir, tu devras :

- Mettre en pratique les principes mentionnés dans *Jeunes, soyez forts*. Ton évêque ou ton président de branche le vérifie lors d'un entretien.
- Réaliser six activités et un projet pour chacune des sept vertus.
- Tenir un journal personnel.
- Ecrire ton témoignage du Sauveur Jésus-Christ.

Lorsque tu auras rempli ces conditions, tu seras éligible pour la Distinction de la jeune fille accomplie après un entretien de dignité avec ton évêque ou ton président de branche.

Invite tes parents à t'aider à t'organiser et à mener à bien ton programme des Jeunes Filles Mon progrès personnel. Le fait de leur parler de ces activités resserrera tes liens avec eux.



Tu peux modifier les activités et les projets en fonction de ta situation personnelle, de tes intérêts et de tes besoins, avec l'approbation préalable d'un de tes parents ou d'une dirigeante des Jeunes Filles. Les activités pour Mon progrès personnel peuvent faire partie des bonnes choses que tu fais chez toi, à l'église, à l'école, au séminaire et dans ta localité.

Si tu remplis les conditions avant d'entrer à la Société de Secours, tu peux continuer à progresser en faisant d'autres activités et projets en rapport avec les vertus, en compilant ton histoire personnelle, en lisant le Livre de Mormon et en aidant d'autres jeunes filles.



## PAR OÙ COMMENCER

1. Tu feras six activités (trois obligatoires et trois facultatives) et un projet de dix heures dans chacune des sept vertus pour les jeunes filles. Tu peux commencer par n'importe quelle vertu et travailler dans n'importe quel ordre.
2. Pour chaque vertu, il t'est recommandé de faire les trois activités requises avant de passer aux activités facultatives.
3. Tu peux travailler à ton propre rythme, mais tu dois toujours travailler à une activité ou à un projet au moins. Fixe-toi des buts qui t'aideront à travailler de manière constante; par exemple, essaie de finir chaque mois une activité ou un projet, en tous cas pas moins de neuf par an.
4. Tu peux inscrire jusqu'à deux activités de ton propre choix dans chaque vertu ou modifier celles qui sont proposées pour les adapter à tes intérêts, à tes buts ou à ta situation. Demande à tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles de les approuver avant que tu ne commences.
5. Fais les six activités requises dans une vertu avant de faire le projet concernant cette vertu.
6. Demande à tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver chaque projet concernant une vertu avant de commencer.
7. Tu peux faire participer d'autres personnes à tes projets concernant les vertus, mais chaque projet doit te demander dix heures au minimum.
8. Quand tu as terminé une activité ou un projet concernant une vertu, passe-le en revue avec l'un de tes parents ou avec une dirigeante des Jeunes Filles. Demande-leur de parapher cette activité ou ce projet dans ton exemplaire de Mon progrès personnel. Tiens note de tes progrès sur la feuille de suivi de Mon progrès personnel dans ce livre (voir page 67).



9. Lorsque tu auras fini les six activités et le projet concernant une vertu, ta dirigeante te remettra un emblème que tu apposeras sur ton certificat d'accomplissement de Mon progrès personnel dans ce livre (voir page 68).
10. Nous te recommandons de travailler à Mon progrès personnel pendant tout le temps que tu passes chez les Jeunes Filles. Lorsque tu auras reçu ta Distinction de la jeune fille accomplie, continue à progresser en suivant les conseils de la page 64.
11. Quand tu auras rempli toutes les conditions de Mon progrès personnel, passe en revue les sections «Distinction de la jeune fille accomplie» et «Progrès constants» de ce livre avec l'un de tes parents ou l'une de tes dirigeantes (voir pages 63–64).



*ACTIVITÉS ET PROJETS*  
CONCERNANT LES VERTUS POUR  
LES JEUNES FILLES





# F O I

*La foi, ce n'est pas avoir la connaissance parfaite des choses;  
c'est pourquoi, si vous avez la foi, vous espérez en des choses  
qui ne sont pas vues, qui sont vraies (Alma 32:21).*



Je suis une fille de mon Père céleste qui m'aime.  
J'ai la foi en son plan éternel,  
qui est centré sur Jésus-Christ, mon Sauveur.



## ACTIVITÉS CONCERNANT LA VERTU DE LA FOI

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminée.*

- \_\_\_ 1. Instruis-toi sur la foi dans les Ecritures et auprès des prophètes actuels. Lis Hébreux 11, Alma 32:17–42, Ether 12:6–22, et Joseph Smith-Histoire 1:11–20. Lis deux discours de conférence générale sur la foi. Exerce ta foi en prenant l'habitude de prier. Commence par faire régulièrement tes prières du matin et du soir. Après avoir fait cela pendant trois semaines, parle avec l'un de tes parents ou l'une de tes dirigeantes de ce que tu as appris sur la foi et la prière personnelle quotidienne. Exprime dans ton journal tes sentiments sur la foi et la prière.
- \_\_\_ 2. Découvre les principes de foi enseignés par les mères des jeunes guerriers d'Hélan. Relis ce que « La famille: Déclaration au monde » (voir page II) dit au sujet du rôle de la mère. Parle avec ta mère, ta grand-mère ou une dirigeante des qualités dont une femme a besoin pour apprendre aux enfants à avoir la foi et à baser leurs décisions sur les vérités de l'Évangile. Comment ces principes peuvent-ils t'aider aujourd'hui dans ta vie et te permettre de te préparer à être mère? Note tes réflexions dans ton journal personnel.
- \_\_\_ 3. Il faut de la foi pour pratiquer les principes de l'Évangile. Choisis un principe tel que la prière, la dîme, le jeûne, le repentir ou la sanctification du jour du sabbat. Chez toi ou ailleurs, prépare et présente une leçon de soirée familiale sur la façon dont ta foi t'aide à suivre ce principe de l'Évangile. Si possible, demande à un membre de ta famille de raconter une expérience qui a fortifié sa foi. Fais aussi part de tes propres expériences. Note dans ton journal l'une de ces expériences et décris tes sentiments à propos de la foi.



*Fais trois autres activités concernant cette vertu. Tu peux choisir parmi les options suivantes ou écrire la tienne. L'un de tes parents ou une dirigeante des Jeunes Filles doit approuver celles que tu écris toi-même avant que tu ne commences. Demande à cette personne de signer et de dater chaque activité lorsque tu as terminé.*

- 4. Apprends-en davantage sur la Sainte-Cène. Lis ce que disent à ce propos Matthieu 26:26–28, Marc 14:22–24 et Luc 22:17–20. Prends l'habitude de méditer pendant la Sainte-Cène en écoutant attentivement le cantique et les prières de Sainte-Cène. Réfléchis aux raisons pour lesquelles nous prenons le pain et l'eau. Après avoir fait cela pendant trois semaines, écris dans ton journal les promesses que tu fais quand tu prends la Sainte-Cène et rappelle-toi les alliances de ton baptême.
- 5. Augmente ta compréhension de l'expiation de Jésus-Christ en lisant Esaïe 53:3–12; Jean 3:16–17; Romains 5; 2 Néphi 9:6–7, 21–26; Alma 7:11–13; 34:8–17; et Doctrine et Alliances 19:15–20. Ecris, dans ton journal, tes sentiments concernant le Sauveur et ce qu'il a fait pour toi. Tu pourrais exprimer tes sentiments lors d'une réunion de témoignages.
- 6. Augmente ta compréhension du plan de salut. Etudie 2 Néphi 9:1–28; 11:4–7; Moïse 4:1–4; Apocalypse 12:7–9; Doctrine et Alliances 76:50–113; 93:33–34; Abraham 3:24–27; et 1 Corinthiens 15:22. Dessine ou procure-toi une image qui décrit le plan de salut et mentionne l'existence prémortelle, la naissance, la condition mortelle, la mort, le jugement et la vie après le jugement. A l'aide de cette image, explique le plan de salut à ta classe, à ta famille ou à une amie. Explique l'influence que la connaissance du plan a sur ton comportement.
- 7. Le Seigneur nous a commandé de payer la dîme. Lis Doctrine et Alliances 119 et Malachie 3:8–12. Puisque l'obéissance à la loi de la dîme est une preuve de ta foi, paie complètement la dîme. Après trois mois, écris



dans ton journal comment le paiement de la dîme a contribué à renforcer ta foi. Cite les bénédictions, grandes et petites, que tu as reçues grâce à ta foi.

8. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## PROJET CONCERNANT LA VERTU DE LA FOI

*Une fois que tu as réalisé six activités concernant la vertu de la foi, élabore un projet qui t'aidera à pratiquer ce que tu as appris. Cela doit être un effort important dont la réalisation prendra au moins dix heures. Recherche, dans la prière, l'inspiration du Saint-Esprit pour choisir un projet valable.*

*Demande à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver le projet avant que tu ne commences. Ecris une évaluation lorsque tu as fini. Voici quelques idées de projets concernant cette vertu.*

- Apprends par cœur «le Christ vivant» (voir deuxième page de couverture). Tandis que tu le fais, réfléchis à l'influence du Sauveur dans ta vie.
- Imagine, pendant que tu aides à ensemercer et à entretenir un potager et à faire la récolte, que la foi est une semence.
- Suis un cours de généalogie dans ta paroisse ou ta branche et recueille des histoires sur les membres de ta famille ou d'autres personnes qui ont fait preuve de foi. Tu peux aussi interroger les membres de ta famille ou d'autres personnes et écrire leur histoire.
- Lis le Livre de Mormon en entier et suis les instructions données dans Moroni 10:4.
- Ecris tes propres histoires, poèmes ou chansons ou fais un dessin ou une peinture pour illustrer ta foi en Jésus-Christ.





Voici mon projet: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Voici mon plan pour exécuter mon projet:

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

Approbation \_\_\_\_\_

Date d'achèvement prévue \_\_\_\_\_





## NATURE DIVINE

*Deven[ez] participants de la nature divine... faites tous vos efforts pour joindre à votre foi la vertu, à la vertu la science, à la science la tempérance, à la tempérance la patience, à la patience la piété, à la piété l'amour fraternel, à l'amour fraternel la charité (2 Pierre 1:4-7).*



J'ai hérité de qualités divines  
que je m'efforcerai de développer.



## ACTIVITÉS CONCERNANT LA VERTU DE LA NATURE DIVINE

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminé.*

- 1. Quelles sont les qualités divines d'une fille de Dieu ?  
Lis « La famille: Déclaration au monde » (voir page II), 2 Pierre 1, Alma 7:23–24, et Doctrine et Alliances 121:45. Indique en tes propres termes les qualités divines dont il est question dans les passages que tu as lus. Réfléchis à la façon dont tu peux découvrir et développer chacune de ces qualités. Ecris tes idées dans ton journal personnel.
- 2. Augmente ta compréhension et ton appréciation de la nature féminine. Lis Proverbes 31:10–31 et deux discours sur la femme dans un numéro de conférence du Liahona. Relis ce que « La famille: Déclaration au monde » (voir page II) dit sur ce que c'est qu'être épouse et mère. Ensuite demande à ta mère ou à une autre mère que tu admires ce que sont, pour elle, les qualités importantes qu'il faut avoir pour être mère. Note-les dans ton journal personnel. Ensuite choisis-en une et efforce-toi de l'acquérir. Après quinze jours, fais rapport de tes succès à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles.
- 3. Rends la vie chez toi meilleure. Fais un effort spécial pendant quelques jours pour resserrer tes liens avec l'un des membres de ta famille en lui montrant de l'amour par ta façon d'agir. Abstiens-toi de critiquer ou de dire des choses qui ne sont pas gentilles. Sois attentive aux qualités de la personne. Ecris des mots d'encouragement, prie pour ce membre de la famille, trouve des façons d'être serviable et exprime ton amour en paroles. Raconte tes expériences à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles.



Fais trois autres activités concernant cette vertu. Tu peux choisir parmi les options suivantes ou écrire la tienne. L'un de tes parents ou l'une de tes dirigeantes des Jeunes Filles doit approuver celles que tu écris toi-même avant que tu ne commences. Demande à cette personne de signer et de dater chaque activité lorsque tu as terminé.

- 4. Apprends par cœur les prières de Sainte-Cène énoncées dans Doctrine et Alliances 20:77, 79. Pendant la Sainte-Cène, écoute attentivement les prières et réfléchis à ce que signifie prendre sur toi le nom de Jésus-Christ et à l'effet que cela doit avoir sur tes actes et sur tes décisions. Exerce-toi à garder les alliances que tu as faites au baptême. Commence en faisant chaque jour quelque chose qui t'aidera à te rappeler le Seigneur Jésus-Christ. Au bout de quelques jours, écris ton expérience dans ton journal personnel.
- 5. Efforce-toi de mieux obéir à tes parents. Lis Luc 2:40–51. Prends l'habitude d'obéir en faisant un effort spécial pour faire ce que tes parents te demandent sans qu'on doive te le répéter. Ecris au bout de quelques jours dans ton journal comment le fait d'être plus obéissante t'a incitée à vouloir continuer.
- 6. Développe tes qualités divines. Lis Matthieu 5:9, Jean 15:12, Galates 5:22–23, Colossiens 3:12–17, 1 Jean 4:21, et Moroni 7:44–48. Apprends par cœur le verset que tu préfères dans un de ces passages. Dégage les qualités divines mentionnées dans toutes ces Écritures. Choisis-en une et efforce-toi pendant quinze jours de l'intégrer à ta vie quotidienne. Ecris tes progrès et tes expériences dans ton journal personnel.
- 7. Apprends la définition de l'expression *procurer la paix*. Trouve et lis ensuite cinq passages d'Écriture qui parlent de ceux qui procurent la paix. Donne-en l'exemple chez toi et à l'école en t'abstenant de critiquer, de te plaindre ou de dire des choses peu gentilles à d'autres ou à leur sujet. Prie matin et soir ton Père céleste pour qu'il t'y



aide. Après deux semaines, écris dans ton journal les nouvelles habitudes que tu veux acquérir.

8. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## PROJET CONCERNANT LA VERTU DE LA NATURE DIVINE

*Une fois que tu as réalisé six activités concernant la vertu de la nature divine, élabore un projet qui t'aidera à pratiquer ce que tu as appris. Cela doit être un effort important dont la réalisation prendra au moins dix heures. Recherche dans la prière l'inspiration du Saint-Esprit pour choisir un projet valable.*

*Demande à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver le projet avant que tu ne commences. Ecris une évaluation lorsque tu as fini. Voici quelques idées de projets concernant cette vertu.*

- Acquiers une technique que tu pourrais utiliser dans ton foyer futur, comme la cuisine, la couture, le bricolage ou la décoration. Enseigne cette technique à quelqu'un.
- Pendant une période prolongée, rends des services à quelqu'un qui en a besoin, par exemple une jeune maman ou une personne handicapée ou âgée.
- Fais la liste des rôles de la femme tels qu'ils sont enseignés dans «La famille: Déclaration au monde» (voir page II), et mets à exécution un projet qui t'aide à mieux connaître l'un de ces rôles.
- À l'aide d'un art ou d'un artisanat que tu as appris, fais quelque chose pour ton foyer futur.
- Mets à exécution un projet qui favorisera l'unité de ta famille élargie, de ton école ou de ta localité.



Voici mon projet: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Voici mon plan pour exécuter mon projet:

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

Approbation \_\_\_\_\_

Date d'achèvement prévue \_\_\_\_\_







# VALEUR PERSONNELLE

*Souvenez-vous que les âmes ont une grande valeur  
aux yeux de Dieu (D&A 18:10).*





## ACTIVITÉS CONCERNANT LA VERTU DE LA VALEUR PERSONNELLE

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminé.*

- \_\_\_ 1. Tu es une fille de ton Père céleste qui te connaît et t'aime. Lis Psaumes 8:4–6, Jérémie 1:5, Jean 13:34, Doctrine et Alliances 18:10, et Abraham 3:22–23. Ecris dans ton journal personnel comment ces Ecritures t'enseignent que notre Père céleste t'aime et se souvient de toi.
  
- \_\_\_ 2. Apprends l'importance de la planification et de la préparation. Lis Doctrine et Alliances 88:119. Fais, dans ton journal personnel, la liste de tes espoirs et de tes rêves pour ton foyer, ta famille et tes études futurs et d'un certain nombre de choses importantes que tu aimerais réaliser dans ta vie, entre autres devenir épouse et mère. Ensuite mets par écrit un plan qui t'aidera à atteindre tes buts. Parle de ce plan avec un membre de la famille, une dirigeante ou une amie.
  
- \_\_\_ 3. Lis Doctrine et Alliances 18:10 et 121:45. Fais tout ton possible pour encourager les autres et leur donner le sentiment de leur valeur. Pendant quelques jours, sois quotidiennement attentive aux qualités des autres. Fais-leur en compliment verbalement ou par écrit. Dans ton journal personnel, écris ce que tu as appris sur la valeur des personnes et comment l'encouragement que tu donnes aux autres fait grandir ton assurance personnelle.



*Fais trois autres activités concernant cette vertu. Tu peux choisir parmi les options suivantes ou écrire la tienne. L'un de tes parents ou l'une de tes dirigeantes des Jeunes Filles doit approuver celles que tu écris toi-même avant que tu ne commences. Demande à cette personne de signer et de dater chaque activité lorsque tu as terminé.*

- \_\_\_ 4. Participe à un spectacle de danse, d'art oratoire, de musique ou de théâtre dans ta localité ou à l'église. Comment ta participation à cette activité a-t-elle renforcé ton sentiment de ta valeur et ton assurance? Note tes pensées dans ton journal personnel.
- \_\_\_ 5. Va rendre visite aux membres de ta famille pour apprendre le plus de choses possibles sur l'histoire de ta famille. Remplis ensuite une feuille d'ascendance de ta famille et note les ordonnances du temple qui ont été faites pour chaque personne.
- \_\_\_ 6. Informe-toi sur l'importance de la bénédiction patriarcale. Découvre la raison pour laquelle on la donne, qui peut la donner et comment te préparer à en recevoir une. Demande à l'un de tes parents ou à un dirigeant de l'Eglise comment la bénédiction patriarcale peut te guider dans la vie. Si tu n'as pas reçu ta bénédiction, prépare-toi à la recevoir.
- \_\_\_ 7. Notre Père céleste t'a accordé des dons spéciaux. Lis 1 Corinthiens 12:4-12; 13; Moroni 7:12-13; 10:8-18; et Doctrine et Alliances 46:11-26. Demande à un membre de ta famille, à une dirigeante des Jeunes Filles et à une amie d'écrire les qualités que le Seigneur t'a données. Note tes dons dans ton journal personnel et écris comment tu peux continuer à les développer et à les utiliser au service de ta famille et des autres.



8. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## PROJET CONCERNANT LA VERTU DE LA VALEUR PERSONNELLE

*Une fois que tu as réalisé six activités concernant la vertu de la valeur personnelle, élabore un projet qui t'aidera à pratiquer ce que tu as appris. Cela doit être un effort important dont la réalisation prendra au moins dix heures. Recherche dans la prière l'inspiration du Saint-Esprit pour choisir un projet valable.*

*Demande à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver le projet avant que tu ne commences. Ecris une évaluation lorsque tu as fini. Voici quelques idées de projets concernant cette vertu.*

- Compile ton histoire personnelle ou familiale en utilisant des passages de journaux personnels, des photos et des documents importants.
- Instruis ou aide quelqu'un dans une matière scolaire, la musique, un sport ou un talent artistique.
- Fais quelque chose pour améliorer les conditions de vie de quelqu'un qui est dans le besoin.
- Dirige ou fais partie d'une chorale de jeunes, d'une pièce théâtre, d'un spectacle de talents ou d'une exposition artistique.
- Apprends une technique qui peut être professionnellement utile, qui pourrait t'aider dans une activité professionnelle présente ou future.



Voici mon projet: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Voici mon plan pour exécuter mon projet:

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

Approbation \_\_\_\_\_

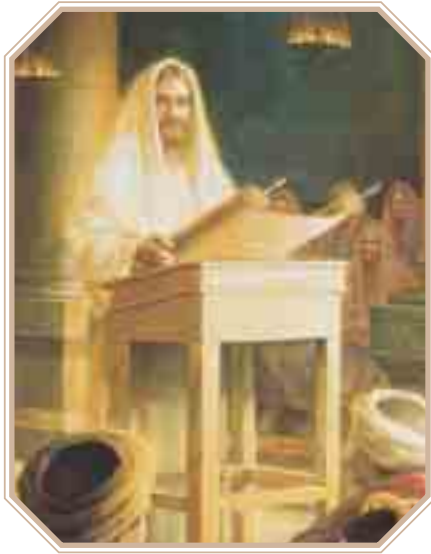
Date d'achèvement prévue \_\_\_\_\_





# CONNAISSANCE

*Cherchez la connaissance par l'étude et aussi  
par la foi (D&A 88:118).*



Je rechercherai continuellement les occasions  
d'apprendre et de progresser.



## ACTIVITÉS CONCERNANT LA VERTU DE LA CONNAISSANCE

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminé.*

- 1. Informe-toi sur l'importance d'acquérir la connaissance en lisant Proverbes 1:5; 4:7; 2 Néphé 28:30; et Doctrine et Alliances 88:78–80, 118; 90:15; 130:18–19; 131:6. Demande-toi pourquoi tu as besoin d'acquérir la connaissance et la compréhension de la façon dont les principes de l'Évangile peuvent s'appliquer à ton foyer et à ta vie familiale actuelle et future. Écris dans ton journal ce que tu as appris sur la connaissance et parles-en avec des membres de ta famille ou une dirigeante des Jeunes Filles.
- 2. Note dans ton journal personnel les talents que tu as et ceux que tu aimerais acquérir. Lis Matthieu 25:14–30. Apprends une technique ou un talent nouveau qui t'aidera à prendre soin de ta famille ou de ton foyer futurs (par exemple, jouer du piano, chanter, tenir un budget, gérer ton temps, faire la cuisine, ou t'occuper d'enfants). Parle à ta famille, à ta classe ou à une dirigeante des Jeunes Filles de ce que tu as appris.
- 3. Apprends par cœur l'un de tes cantiques préférés du recueil de l'Église. Apprends la manière correcte de diriger les cantiques, puis dirige-les lors d'une soirée familiale, à une réunion des Jeunes Filles ou à une autre réunion de l'Église ou au séminaire. Lis les Écritures qui se trouvent au bas de chaque cantique.





*Fais trois autres activités concernant cette vertu. Tu peux choisir parmi les options suivantes ou écrire la tienne. L'un de tes parents ou l'une de tes dirigeantes des Jeunes Filles doit approuver celles que tu écris toi-même avant que tu ne commences. Demande à cette personne de signer et de dater chaque activité lorsque tu as terminé.*

- \_\_\_ 4. Choisis un principe de l'Évangile que tu aimerais mieux comprendre (par exemple, la foi, le repentir, la charité, la famille éternelle ou les alliances du baptême). Lis les Écritures et les paroles des prophètes modernes qui ont trait au principe. Prépare un discours de cinq minutes sur le sujet et fais-le à une réunion de Sainte-Cène, à une réunion des Jeunes Filles, à ta famille ou à ta classe.
- \_\_\_ 5. Informe-toi sur un domaine du travail ou du service qui t'intéresse. Parle à quelqu'un qui travaille dans ce domaine, et demande-lui quelles sont ses responsabilités professionnelles, la formation ou les études qu'il a suivies et ce que ce travail apporte à la société. Écris dans ton journal personnel ce que tu as appris.
- \_\_\_ 6. Apprends par cœur le 13<sup>e</sup> article de foi et récite-le à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles. Ensuite, va dans un musée ou à une exposition ou assiste à un spectacle de danse, de musique, d'art oratoire ou de théâtre. En utilisant cet article de foi comme guide, évalue ce que tu as vu et entendu. Écris tes réflexions dans ton journal personnel et parles-en à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles.
- \_\_\_ 7. Apprends et pratique la technique de la narration. Choisis quelqu'un dont tu as aimé les histoires. Parle avec lui de cette technique, apprend à choisir des histoires pour des auditoires déterminés et la façon d'utiliser ta voix, l'expression de ton visage et tes gestes pour mettre l'histoire en valeur. Tu pourrais y inclure des histoires de la vie de tes ancêtres ou des Écritures. Raconte au moins deux histoires aux membres de ta famille, à une classe des Jeunes Filles ou de la Primaire ou à d'autres auditoires appropriés.



8. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





## PROJET CONCERNANT LA VERTU DE LA CONNAISSANCE

*Une fois que tu as réalisé six activités concernant la vertu de la connaissance, élabore un projet qui t'aidera à pratiquer ce que tu as appris. Cela doit être un effort important dont la réalisation prendra au moins dix heures. Recherche dans la prière l'inspiration du Saint-Esprit pour choisir un projet valable.*

*Demande à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver le projet avant que tu ne commences. Ecris une évaluation lorsque tu as fini. Voici quelques idées de projets concernant cette vertu.*

- Apprends, auprès de ta mère, de ta grand-mère ou d'une autre femme que tu admires, comment organiser, nettoyer et entretenir un intérieur.
- Prépare-toi à faire des études supérieures et à acquérir des techniques professionnellement utiles en t'informant sur les conditions d'entrée dans l'enseignement supérieur ou technique, sur les bourses, les frais d'inscription et les autres dépenses. Présente-toi à l'inscription lorsque le moment est venu.
- Lis Doctrine et Alliances 89. Améliore ta santé en mettant au point et en appliquant un programme régulier d'exercices et en apprenant à préparer et à manger une nourriture saine et équilibrée.
- Prépare-toi à instruire les autres en suivant le cours Enseigner l'Évangile donné dans ta paroisse ou ta branche.
- En travaillant avec ta mère, ta grand-mère ou une sœur de ta paroisse ou branche, deviens experte dans une technique d'arts ménagers qu'elle t'enseignera.



Voici mon projet: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Voici mon plan pour exécuter mon projet:

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

Approbation \_\_\_\_\_

Date d'achèvement prévue \_\_\_\_\_







# CHOIX ET RESPONSABILITÉ

*Choisissez aujourd'hui qui vous voulez servir... moi et ma maison, nous servirons l'Eternel (Josué 24:15).*



Je choisirai le bien, et pas le mal,  
et j'accepterai la responsabilité de mes choix.



## ACTIVITÉS CONCERNANT LA VERTU DU CHOIX ET DE LA RESPONSABILITÉ

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminé.*

- \_\_\_ 1. Une fille de Dieu peut prendre des décisions sages et résoudre des problèmes. Lis 1 Néphé 15:8; 2 Néphé 32:3; Alma 34:19–27; Ether 2–3; et Doctrine et Alliances 9:7–9. Prends l'habitude d'étudier régulièrement les Ecritures et de prier pour avoir de l'aide dans des prises de décision personnelles telles que le choix de bons amis, la gentillesse envers les autres, le lever tôt ou d'autres décisions. Dis à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles comment cela t'a aidée.
- \_\_\_ 2. Lis la brochure *Jeunes, soyez forts*. Note dans ton journal personnel chaque principe de conduite juste que la brochure décrit et écris pourquoi il est important de suivre ce principe. Entraîne-toi à vivre les principes de la justice en en choisissant un où tu as besoin de t'améliorer. Tu pourrais décider d'être plus sélective face à la télévision, à la musique, aux livres ou à d'autres médias, ou tu pourrais améliorer dans les domaines de la pudeur, du langage ou de l'honnêteté. Au bout de trois semaines, parle de tes progrès à ta famille, à ta classe ou à une dirigeante des Jeunes Filles.
- \_\_\_ 3. Lis ce qui concerne le libre arbitre dans 2 Néphé 2 et Doctrine et Alliances 82:2–10. Avec l'un de tes parents ou avec une dirigeante des Jeunes Filles, parle des bénédictions et des responsabilités du libre arbitre. Ecris dans ton journal ce que tu entends par le libre arbitre et par les conséquences des choix et des actions.



*Fais trois autres activités concernant cette vertu. Tu peux choisir parmi les options suivantes ou écrire la tienne. L'un de tes parents ou l'une de tes dirigeantes des Jeunes Filles doit approuver celles que tu écris toi-même avant que tu ne commences. Demande à cette personne de signer et de dater chaque activité lorsque tu as terminé.*

- 4. Lis ce qui concerne le repentir dans Esaïe 1:18; Alma 26:22; 34:30–35; Moroni 8:25–26; et Doctrine et Alliances 19:15–20; 58:42–43. Ecris dans ton journal ce que le repentir signifie pour toi. Etudie le processus du repentir, prie pour être guidée et appliquer les principes du repentir à ta vie.
- 5. Instruis-toi sur le Saint-Esprit. Avec l'un de tes parents, une dirigeante des Jeunes Filles ou une amie, lis et commente Ezéchiel 36:26–27; Jean 14:26; 16:13; Galates 5:22–25; 2 Néphé 32:5; Moroni 10:4–5; et Doctrine et Alliances 11:12–14. Ensuite écris dans ton journal personnel comment le Saint-Esprit t'aide à prendre de bonnes décisions dans ta vie quotidienne. Prie pour avoir la compagnie du Saint-Esprit et vis de manière à être digne de le recevoir.
- 6. Etudie le thème des Jeunes Filles et ce qu'il enseigne sur ce que tu es, ce que tu dois faire et pourquoi tu dois le faire. Ecris dans ton journal ce que tu vas faire chaque jour dans les domaines de la pudeur, des sorties et des médias pour être moralement pure et digne d'entrer dans le temple.
- 7. La capacité de choisir fait partie du plan que notre Père céleste a prévu pour nous. Lis Moïse 4:1–4; 7:32; et 2 Néphé 9:51. Prends l'habitude de gérer l'argent avec sagesse en faisant un budget pour économiser et dépenser ton argent, qui comprendra le paiement de la dîme. Reste dans les limites de ton budget pendant trois mois au moins. Fixe-toi des priorités qui te permettent de subvenir à tes besoins les plus importants avant d'acheter ce que tu désires.



---

8. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## PROJET CONCERNANT LA VERTU DU CHOIX ET DE LA RESPONSABILITÉ

*Une fois que tu as réalisé six activités concernant la vertu du choix et de la responsabilité, élabore un projet qui t'aidera à pratiquer ce que tu as appris. Cela doit être un effort important dont la réalisation prendra au moins dix heures. Recherche dans la prière l'inspiration du Saint-Esprit pour choisir un projet valable.*

*Demande à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver le projet avant que tu ne commences. Ecris une évaluation lorsque tu as fini. Voici quelques idées de projets concernant cette vertu.*

- En prenant *Jeunes, soyez forts* pour guide et sous la direction de tes dirigeantes, organise ou participe à un groupe de discussion, à un défilé de mode ou à une autre manifestation qui peut vous aider, toi et d'autres jeunes, à mettre en pratique les principes du Seigneur.
- Sous la direction de tes dirigeants, aide à la planification et à la direction d'un bal de jeunes ou d'une autre activité où sont respectées les instructions appropriées concernant la danse et où il y a une musique, un éclairage et une ambiance convenables.
- Elabore et mets en œuvre un programme qui encourage l'utilisation saine de la télévision, de la musique, de l'ordinateur, de l'Internet et d'autres formes de médias au foyer. Fais part de ton idée à d'autres.
- Apprends les techniques de base de la transformation et du raccommodage de vêtements pour adapter ta garde-robe aux principes de la pudeur dans la tenue vestimentaire.
- Apprends à avoir plus d'ordre chez toi en mettant en application un projet de nettoyage ou de rangement.





Voici mon projet: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Voici mon plan pour exécuter mon projet:

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

Approbation \_\_\_\_\_

Date d'achèvement prévue \_\_\_\_\_





# DÉVOUEMENT

*C'est pourquoi, que votre lumière luise ainsi devant ce peuple,  
afin qu'il voie vos bonnes œuvres et glorifie votre Père  
qui est dans les cieux (3 Néphi 12:16).*



J'aiderai les autres et j'édifierai et le royaume  
en servant avec justice.



## ACTIVITÉS CONCERNANT LA VERTU DU DÉVOUEMENT

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminé.*

- 1. Apprends pourquoi le service est un principe fondamental de l'Évangile. Lis Matthieu 5:13–16; 25:34–40; Galates 6:9–10; Jacques 1:22–27; Mosiah 2:17; 4:26; et 3 Néphi 13:1–4. D'autres personnes rendent souvent des services que tu ne remarques peut-être pas, comme préparer les repas, faire la lecture aux petits enfants ou les écouter, raccommoder les vêtements ou aider un frère ou une sœur. Note pendant une journée dans ton journal les actes de service discrets que les membres de ta famille et d'autres accomplissent. Montre-leur que tu apprécies ce qu'ils font.
- 2. Le service est un principe essentiel de la vie de famille. Pendant quinze jours, participe à la planification des menus de ta famille, procure-toi la nourriture et prépare une partie des repas. Pendant ce temps-là, aide ta famille à se rassembler pour manger ensemble. Fais rapport à ta classe de ce que tu as appris.
- 3. Lis Mosiah 18:7–10 et indique dans ton journal personnel trois manières par lesquelles tu peux reconforter les autres et les aider à porter leur fardeau. Fais ce qui se trouve sur ta liste et parle à un membre de ta famille ou à une dirigeante des Jeunes Filles de ton expérience et du changement qui s'est produit dans ton attitude et ta compréhension.



*Fais trois autres activités concernant cette vertu. Tu peux choisir parmi les options suivantes ou écrire la tienne. L'un de tes parents ou l'une de tes dirigeantes des Jeunes Filles doit approuver celles que tu écris toi-même avant que tu ne commences. Demande à cette personne de signer et de dater chaque activité lorsque tu as terminé.*

- \_\_\_ 4. Donne une leçon sur un sujet de l'Évangile à la soirée familiale ou dans une autre situation. Utilise des images, de la musique, des exemples et des démonstrations dans ta leçon. Utilise le manuel *L'enseignement*, pas de plus grand appel. Tu peux te procurer ce manuel à la bibliothèque de paroisse ou par l'intermédiaire du centre de distribution de l'Église.
- \_\_\_ 5. Lis *Doctrine et Alliances* 58:26–28. Pense à la façon dont une jeune fille, une épouse et une mère pourraient appliquer cette Écriture à leur famille. Prends l'habitude de rendre service en choisissant un membre de la famille que tu peux aider. Rends service à cette personne pendant au moins un mois. Écris dans ton journal personnel ce que tu as fait et tes sentiments à propos de cette expérience.
- \_\_\_ 6. Passe au moins trois heures à rendre service à l'extérieur de ta famille. Demande des idées de service à la présidente de la Société de Secours de ta paroisse ou de ta branche ou à un dirigeant de ta localité. Tu pourrais, par exemple, t'occuper d'enfants pendant que leurs parents vont au temple, collecter, fabriquer ou réparer des jouets ou des jeux pour une garderie, accepter la tâche de nettoyer l'église, faire des courses ou faire la lecture pour une personne qui ne peut pas sortir de chez elle, ou pour d'autres personnes qui sont dans le besoin. Écris dans ton journal les réactions de la personne que tu as servie et tes buts éventuels pour de futures occasions de rendre service.
- \_\_\_ 7. Prie pour avoir une expérience missionnaire. Lis *Matthieu* 24:14; 28:19; et *Doctrine et Alliances* 88:81.



Invite une amie ou un ami qui n'est pas membre ou qui est non pratiquant à t'accompagner à une réunion ou à une activité de l'Eglise. Présente ton amie ou ton ami aux autres et assure-toi qu'elle ou il participe à l'activité. Rends ton témoignage de l'Évangile et invite ton amie (e) à revenir.

8. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## PROJET CONCERNANT LA VERTU DU DÉVOUEMENT

*Une fois que tu as réalisé six activités concernant la vertu des bonnes œuvres, élabore un projet qui t'aidera à pratiquer ce que tu as appris. Cela doit être un effort important dont la réalisation prendra au moins dix heures. Recherche dans la prière l'inspiration du Saint-Esprit pour choisir un projet valable.*

*Demande à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver le projet avant que tu ne commences. Ecris une évaluation lorsque tu as fini. Voici quelques idées de projets concernant cette vertu.*

- Contribue à l'élaboration d'un projet pour nettoyer ou embellir ta localité et participe-y.
- Prépare-toi à être une maîtresse de maison en recueillant des recettes, en faisant les courses et en préparant des repas pour ta famille.
- Travaille avec un membre de ta famille à rassembler les noms de parents décédés qui n'étaient pas membres de l'Eglise. Trouve leurs dates de naissance et de décès et envoie leurs noms au temple. Participe à l'organisation d'un voyage au temple et fais des baptêmes pour ces parents.
- Reçois une formation pour acquérir une technique à utiliser dans des situations d'urgence, comme les premiers soins, la réanimation ou les techniques de sauvetage.
- Sers les autres. Propose-toi comme bénévole dans la localité, rassemble des produits pour répondre à des besoins humanitaires, apporte ton aide à des enfants ou à des personnes âgées ou donne des leçons particulières à l'école ou dans ta localité.



Voici mon projet: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Voici mon plan pour exécuter mon projet:

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

Approbation \_\_\_\_\_

Date d'achèvement prévue \_\_\_\_\_







# INTÉGRITÉ

*Jusqu'à mon dernier soupir je défendrai mon innocence (Job 27:5).*



J'aurai le courage moral  
de mettre mes actions en accord  
avec ma connaissance du bien et du mal.



## ACTIVITÉS CONCERNANT LA VERTU DE L'INTÉGRITÉ

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminé.*

1. Lis Moroni 10:30–33 et réfléchis à ce que signifie «refusez-vous toute impiété». Lis «Principes pour que les jeunes soient forts» pages 2–4 de ce livre. Réfléchis à la différence qu'il y a entre les principes du Seigneur et ceux du monde. Ecris dans ton journal personnel tes principes en matière de conduite, de tenue vestimentaire, et de littérature, de cinéma, de télévision, d'Internet, de musique et de conversation. Rédige aussi ton projet pour rester moralement pure et digne d'aller au temple. Après avoir respecté tes principes pendant un mois au moins, écris tes pensées et tes buts dans ton journal personnel et maintiens ton engagement.
2. Prends l'habitude d'être intègre et choisis un comportement personnel que tu souhaites changer. Tu pourrais, par exemple, t'abstenir de faire du commérage, t'abstenir de plaisanteries douteuses, de jurons et de grossièreté et t'abstenir de traiter les sujets sacrés à la légère, être totalement sincère, être moralement pure et honnête, digne de confiance et être quelqu'un sur qui on peut compter dans ton travail à l'école et dans tes autres activités. Prie tous les jours pour que le Saint-Esprit t'aide à vivre avec intégrité. Une fois que tu as pris cette habitude, note tes sentiments dans ton journal. Raconte ton expérience à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles.
3. Étudie la vie de plusieurs personnalités des Ecritures qui ont vécu avec intégrité. Lis Genèse 39; Esther; Daniel 3 et 6; Actes 26; Doctrine et Alliances 124:15; et Joseph Smith-Histoire vv. 21–25. Dans ton journal,



indique comment ces personnes ont fait preuve d'intégrité. Pense à une occasion où tu as eu le courage de faire preuve d'intégrité, surtout quand ce n'était pas populaire. Raconte ton expérience et tes sentiments à cet égard lors d'une réunion de témoignages ou dans une leçon, ou à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles.

*Fais les trois activités suivantes concernant cette vertu. Demande à l'un de tes parents ou à l'une de tes dirigeantes de signer et de dater chaque activité quand tu as terminé.*

- 4. Cherche le mot intégrité dans le dictionnaire. Demande à ta mère, ta grand-mère ou une autre femme que tu respectes comment elle comprend et applique ce mot. Fais la liste des façons dont tu peux mettre tes actions en accord avec ta connaissance du bien et du mal et écris dans ton journal ce que ce veut dire pour toi avoir de l'intégrité.
- 5. Apprends ce que c'est qu'être témoin. Lis Mosiah 18:9. Ecris ensuite dans ton journal comment tu peux personnellement « être témoin de Dieu, en tout temps, et en toute chose, et dans tous les lieux ». Choisis un comportement personnel que tu as besoin d'améliorer pour pouvoir mieux donner l'exemple. Cultive l'intégrité en pratiquant ta nouvelle conduite pendant quinze jours. Note tes progrès dans ton journal.
- 6. L'application de la loi du jeûne est une occasion de pratiquer l'intégrité. Un dimanche de jeûne déterminé, abstiens-toi de nourriture et de boisson pendant deux repas consécutifs et participe à l'offrande de jeûne de ta famille. Jeûne dans un but bien précis. Tu pourrais jeûner pour une amie malade, pour te débarrasser d'une mauvaise habitude, pour obtenir une bénédiction spéciale pour toi-même ou pour quelqu'un d'autre ou pour remercier. Commence et termine ton jeûne par une prière.



\_\_\_ 7. Fais la liste des sujets, des tendances et des problèmes qui affaiblissent la famille. Lis le message de la Première Présidence de la page 1 de ce livre et recherche les recommandations du prophète actuel, qui sont données dans Le Liahona. Ecris dans ton journal ton projet destiné à fortifier le foyer et la famille. Fais part de ton plan à l'un de tes dirigeants ou à tes parents.

\_\_\_ 8. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_ 9. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## PROJET CONCERNANT LA VERTU DE L'INTÉGRITÉ

*Une fois que tu as réalisé six activités concernant la vertu de l'intégrité, élabore un projet qui t'aidera à pratiquer ce que tu as appris. Cela doit être un effort important dont la réalisation prendra au moins dix heures. Recherche dans la prière l'inspiration du Saint-Esprit pour choisir un projet valable.*

*Demande à l'un de tes parents ou à une dirigeante des Jeunes Filles d'approuver le projet avant que tu ne commences. Ecris une évaluation lorsque tu as fini. Voici quelques idées de projets concernant cette vertu.*

- Fixe et garde tes engagements à l'égard des autres quand tu fais partie d'une équipe ou d'une organisation ou que tu es dans un poste de dirigeante à l'école ou dans ta localité.
- Note des exemples de la façon dont les membres de la famille ont manifesté de l'intégrité dans leur vie.
- En utilisant 1 Timothée 4:12 comme guide, organise et exécute une activité qui t'aidera à t'exercer à être «un modèle pour les fidèles».
- Prépare-toi à faire des alliances au temple en faisant et en portant un vêtement qui est conforme à la pudeur dans la tenue vestimentaire, expliquée dans la brochure Jeunes, soyez forts et par les paroles des prophètes actuels.
- Dans les discours prononcés par les Autorités générales, recherche les sujets relatifs à la pureté morale et à la chasteté et apprends pourquoi ces principes ont une importance vitale pour ton bonheur et ta préparation pour le temple. Crée un objet (tel qu'une peinture, un livre de citations ou une broderie) qui te rappellera chaque jour ton engagement d'être moralement pure et digne d'entrer dans le temple.



Voici mon projet: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Voici mon plan pour exécuter mon projet:

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

Approbation \_\_\_\_\_

Date d'achèvement prévue \_\_\_\_\_









## DISTINCTION DE LA JEUNE FILLE ACCOMPLIE

Quand tu auras terminé le programme des Jeunes Filles Mon progrès personnel, tu seras éligible pour recevoir la Distinction de la jeune fille accomplie. Pour la recevoir :

- Pratique les principes mentionnés dans *Jeunes, soyez forts*. Ton évêque ou ton président de branche le vérifiera au cours d'un entretien.
- Fais six activités et accomplis un projet pour chacune des sept vertus.
- Tiens un journal personnel.
- Ecris ton témoignage du Sauveur Jésus-Christ.

Cette distinction récompense ta dignité et ton accomplissement de toutes les conditions de Mon progrès personnel. Elle signifie que tu as pris l'habitude de progresser dans ta vie. Tu es prête à faire les alliances sacrées du temple et à les garder. Tu t'es engagée à garder les commandements, à servir autrui, à cultiver tes dons et tes talents et à en faire profiter les autres. Tu t'efforceras de fortifier le foyer et la famille.

La Distinction de la jeune fille accomplie peut être remise lors d'une réunion de Sainte-Cène. Lorsque tu l'auras reçue, tu devras continuer à pratiquer fidèlement les principes énoncés dans *Jeunes, soyez forts*. Applique ce que tu as appris quand tu entreras à la Société de Secours et prépare-toi à contracter les alliances sacrées du temple avec notre Père céleste. Ce faisant, tu trouveras de la joie et du bonheur.



## PROGRÈS CONSTANTS

Quand tu as terminé le programme des Jeunes Filles Mon progrès personnel et avant d'entrer à la Société de Secours, tu peux aider d'autres jeunes filles qui travaillent encore à Mon progrès personnel. Sous la direction de la présidente des Jeunes Filles de la paroisse ou de la branche, tu peux être désignée pour aider personnellement une ou plusieurs jeunes filles à réaliser Mon progrès personnel. Tous les projets et toutes les activités doivent quand même être signés par les dirigeants ou les parents.

Tu peux continuer à progresser en faisant d'autres activités et projets en relation avec les vertus, en lisant le Livre de Mormon, en compilant ton histoire personnelle, en allant au séminaire et en remplissant les conditions requises par le séminaire, et en aidant d'autres jeunes filles dans Mon progrès personnel.

Pour aider une autre jeune fille :

- Invite-la à choisir, en collaboration avec ses parents, des activités et des projets appropriés concernant les vertus.
- Aide-la à mener jusqu'au bout les activités et les projets.
- Aide-la à noter les activités et les projets.
- Aide-la à comprendre les principes de l'Évangile enseignés par les activités et les projets.
- Encourage-la à en parler à sa famille.
- Donne l'exemple d'une fille de Dieu qui vit selon la justice.
- Sois son amie.





## INDEX PAR SUJETS








- Alliances, 14, 21, 58  
Amitié, 41, 49  
Argent, gestion de l', 34, 42  
Artisanat, 23  
Art oratoire, 28, 35  
Arts et culture, 16, 28, 30, 34, 35  
Baptême, 14, 35, 51  
Bénédictio patriarcale, 28  
Budget, 34, 42  
Cantiques, 34  
Charité, 20, 21, 23, 30, 35, 48  
Couture, 23, 34, 44, 58  
Cuisine, 34, 48, 51  
Danse, 28, 35, 44  
Dîme, 13, 15, 42  
Direction, 37, 44, 49, 51, 58  
Ecritures, étude des, 13, 16, 21, 34, 41, 55  
Enfants, soin des, 34, 49, 51  
Enseignement, 13, 14, 23, 30, 37, 49  
Etre témoin, 56, 58  
Etudes, 27, 30, 34, 35, 37  
Expiation, 14, 21  
Familiaux, rapports, 20, 21, 23, 27, 28, 37, 48, 49, 57, 58  
Famille, déclaration sur la, 13, 20, 23  
Féminité, 20  
Filles de Dieu, 20, 27, 41  
Forme physique, 37  
Généalogie, 16, 28, 30, 35, 51, 58  
Jardinage, 16  
Jésus-Christ, 14, 16, 21  
Jeûne, 13, 56  
Jeunes, soyez forts, 41, 44, 58  
Libre-arbitre, 41, 42, 49, 55  
Livre de Mormon, 16, 64  
Localité, 23, 28, 49, 51, 58  
Maternité, 13, 20, 23, 27, 34, 37, 49  
Médias, 42, 44  
Métiers, 30, 35  
Missionnaire, œuvre, 49, 58  
Moralité, 41, 42, 44, 55, 58  
Musique, 16, 28, 30, 34, 35, 44  
Nature féminine, 20, 23, 27, 34, 37, 57  
Nettoyage, 44  
Obéissance, 13, 15, 21, 41, 42, 44  
Organiser, art de s', 37, 44, 58



- Paix**, personne qui procure  
la, 21
- Plan de salut**, 14, 27, 41, 42
- Prière**, 13, 20, 41, 42, 49, 55, 56
- Principes**, 41, 42, 44, 55, 56, 58
- Prophètes**, enseignements  
des, 13, 35, 41
- Pudeur**, 41, 42, 44, 58
- Pureté**, 44, 55
- Reconnaissance**, 14, 15, 48
- Repentir**, 13, 35, 41, 42, 55
- Sabbat**, jour du, 13
- Sainte-Cène**, 14, 21
- Saint-Esprit**, 42, 55
- Santé**, 37, 51
- Service**, 23, 30, 48, 49, 51
- Société de Secours**, 8, 63, 64
- Soirée familiale**, 13, 14, 34, 49
- Sports**, 30
- Talents**, 28, 30, 34
- Techniques**, 16, 23, 30, 34, 35,  
37, 44, 48, 49, 51
- Témoignage**, 13, 14, 50, 56
- Temple**, 28, 42, 51, 55, 58
- Temps**, gestion du, 34
- Théâtre**, 28, 35
- Thème des Jeunes Filles**, 42
- Unité**, 23



# FEUILLE DE SUIVI DE MON PROGRÈS PERSONNEL

	 Foi	 Nature divine	 Valeur personnelle	 Connaissance	 Choix et responsabilité	 Bonnes œuvres	 Intégrité
<i>Activité</i>							
<i>Activité</i>							
<i>Activité</i>							
<i>Activité</i>							
<i>Activité</i>							
<i>Activité</i>							
<i>Projet</i>							

*Distinction de la Jeune Fille accomplie* \_\_\_\_\_  
Date \_\_\_\_\_

Ecris dans les cases ci-dessus le numéro de l'activité que tu as réalisée.



## CERTIFICAT D'ACCOMPLISSEMENT DE MON PROGRÈS PERSONNEL

Chaque fois que tu auras réalisé les activités et le projet concernant une vertu des Jeunes Filles, tu recevras un emblème. Appose-le à l'endroit indiqué ci-dessous.



*Foi*



*Nature divine*



*Valeur  
personnelle*



*Connaissance*



*Choix et responsabilité*



*Bonnes  
œuvres*



*Intégrité*



## *A*CHÈVEMENT DE MON PROGRÈS PERSONNEL

J'ai rempli les conditions requises pour recevoir la Distinction de la jeune fille accomplie. Je continuerai à progresser et je ferai et garderai les alliances sacrées du temple, je garderai les commandements, je servirai autrui et je cultiverai et utiliserai mes dons et mes talents. Je fortifierai le foyer et la famille.

---

*Signature de la jeune fille*

---

*Date*

## *R*ECOMMENDATION POUR LA DISTINCTION DE LA JEUNE FILLE ACCOMPLIE

---

*Nom*

a rempli toutes les conditions requises pour recevoir la Distinction de la jeune fille accomplie. Elle met en pratique les principes de l'Eglise de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours énoncés dans *Jeunes, soyez forts* et a fortifié son témoignage de l'Évangile de Jésus-Christ. Elle garde les alliances contractées lors de son baptême et se prépare à faire des alliances sacrées au temple.

---

*Signature de l'évêque ou du président de branche*

---

*Date*





*Tenez-vous en  
des lieux saints  
et ne vous laissez pas  
ébranler jusqu'à  
ce que le jour  
du Seigneur vienne*

*(D&A 87:8).*

ÉGLISE DE  
**JÉSUS-CHRIST**  
DES SAINTS  
DES DERNIERS JOURS

© 2002 par Intellectual Reserve, Inc.

Tous droits réservés. Printed in Germany.

Approbation de l'anglais: 9/01.

Approbation de la traduction: 9/01.

Traduction de *Young Women - Personal Progress*



French 36035 140