

Pour continuer à prendre soin de son couple après le mariage

Parcours TANDEM : Faire route à deux.

Un parcours "clé en main" **proposé en paroisse** aux jeunes couples, mariés ou non.

Une pédagogie qui s'inspire de celle des Equipes Notre Dame (END).

Sur deux années il aborde différents aspects de la vie à deux à la lumière de la foi chrétienne, prenant en compte les diverses situations qui se présentent, comme l'entend le pape François dans l'exhortation apostolique *Amoris Laetitia*.

Elle est préférentiellement composée de membres d'une même paroisse de manière à développer des liens fraternels dans un ancrage local. L'équipe est accompagnée par un couple animateur et par un prêtre ou une personne consacrée dans la mesure des possibilités. Chaque couple dispose d'un livret dans lequel, pour chacun des 20 thèmes du parcours, des pistes de réflexion sont proposées dans le but de préparer l'échange. Les réunions s'achèvent par un temps de prière.

Au-delà de ce que cela apporte à chaque couple nous observons que leur intégration au sein de la paroisse s'en trouve renforcée.

Catherine et Bernard VINCENT, coordinateurs TANDEM pour Lyon

0478592118 / 0649515705 bernard.vincent51@wanadoo.fr

equipestandem.org



CANA WELCOME : Un parcours pour aider les couples à vivre pleinement leur vocation conjugale.

Permet aux couples d'approfondir les questions que tout couple se pose : pourquoi sommes-nous si différents ? Comment mieux communiquer ? Comment prendre des décisions à deux ? Gérer notre argent à deux ? ...

CANA Welcome s'adresse à tous les couples, mariés ou non, croyants ou non... et particulièrement aux jeunes couples qui souhaitent construire leur vie de couple sur des bases solides.

CANA Welcome est un parcours annuel composé de 9 soirées mensuelles et d'1 week-end qui peut être vécu avec les enfants,

CANA Welcome est un outil simple à mettre en œuvre dans les paroisses, il contribue ainsi à la formation de couples missionnaires au sein de la paroisse. Il constitue un lieu idéal pour nouer des relations fraternelles, profondes et vraies avec d'autres couples.

Afin de permettre la mise en place de parcours CANA Welcome, des supports pédagogiques sont proposés par CANA : guide du responsable, carnet du participant ainsi qu'un site internet (www.canawelcome.org).

Vous connaissez des couples qui pourraient être intéressés, montez un parcours Cana Welcome sur votre paroisse.

Maison Cana

Sandrine et Guillaume Haudebourg 0474672806

sg.haudebourg@free.fr



Parcours ALPHA-COUPLE

Pour tous les couples mariés depuis plus de deux ans, ou vivant ensemble depuis longtemps, pour les aider à construire ou raffermir leur relation, consolider leur amour et lui donner les moyens de durer.

Un parcours se déroule sur 7 soirées : les couples invités dînent en tête à tête, puis un couple animateur présente un exposé sur un thème particulier. Les couples ont ensuite le temps de partager à deux sur ce qu'ils viennent d'entendre en s'appuyant sur les questions proposées grâce au manuel du participant qui leurs sont remis en début de parcours. Ces parcours peuvent avoir lieu dans un restaurant, une salle paroissiale ... chez des particuliers ! Ils sont toujours en lien avec l'église locale.

Quelques thèmes

- Poser les bons fondements
- L'art de la communication
- La résolution des conflits
- La puissance du pardon
- L'impact de la famille
- Une sexualité de couple épanouie
- Donner et recevoir de l'amour



parcoursalpha.fr/couple

VIVRE ET AIMER

Une pause d'un WE pour construire une relation de couple vivante.

Vous vivez en couple depuis 3 ans, 10 ans, ou plus

Votre relation est bonne et vous souhaitez l'entretenir ?

Votre couple ronronne et vous aimeriez raviver la flamme ?

Vous vivez des tensions ou des frustrations et vous aimeriez les dépasser ?

Offrez-vous un temps privilégié d'échange en couple :

- Pour relire le chemin parcouru et découvrir une façon de communiquer qui donne plus de vie à votre relation.
- Pour vous redire ce qui vous tient à cœur, votre rêve à deux.
- Pour dialoguer en profondeurs sur tous les sujets

Quelques :

- L'expression des sentiments
- La connaissance de soi et de l'autre
- L'écoute et la confiance
- La communication en couple
- La sexualité
- La réconciliation dans le couple
- Notre engagement ou sacrement de mariage au quotidien



Possibilité de continuer sur un parcours en soirées

Françoise et Jean-Charles Monnet 06 08 31 54 72 lyonnais@vivre-et-aimer.org

vivre-et-aimer.org

Informations et contact : Pastorale des familles – famille@lyon.catholique.fr