

Les thèmes principaux

7 exposés reprennent les points essentiels de la vie du couple avec un regard chrétien.

- 1 POSER LES BONS FONDEMENTS**
Prendre du temps pour l'autre -
Découvrir les besoins et les désirs de l'autre
- 2 L'ART DE LA COMMUNICATION**
Exprimer ses sentiments - Apprendre à écouter
- 3 LA RÉOLUTION DES CONFLITS**
Reconnaître & aimer nos différences -
Traiter les problèmes ensemble - Prier pour l'autre
- 4 LA PUISSANCE DU PARDON**
Identifier les blessures - Prendre ses responsabilités - S'excuser et se pardonner l'un l'autre
- 5 L'IMPACT DE LA FAMILLE**
Guérir des blessures de l'enfance -
Construire des relations positives avec sa famille au sens large
- 6 UNE SEXUALITÉ ÉPANOUIE**
Parler des attentes - Les six aspects d'une sexualité vraie - Comprendre comment la développer
- 7 DONNER - RECEVOIR DE L'AMOUR**
Découvrir les cinq manières d'exprimer son amour - La force de l'engagement

Contactez-nous

Les **DATES à RESERVER** dans vos agendas si vous souhaitez participer à cette session :

Presque toujours les **MERCREDIS à 19 h !**

Première soirée : le 15 mars 2023

Puis le 29 mars, le 12 avril, le 3 mai,
le MARDI 16 mai, le 31 mai et le 14 juin.

UNIQUEMENT sur INSCRIPTION auprès de
l'équipe organisatrice :

Jean-François et Annette TOMAT

06 09 31 13 19

Eric et Mireille SCHWARTZ

06 89 33 72 33

Benoît et Nathalie JACQUEMIN

ou par mail :

parcoursalpha.benfeld@gmail.com



ASSOCIATION COURS ALPHA FRANCE

5 rue de Mouzaïa

75019 Paris

Tel : 01 82 28 75 80



**Vivre
la plus
grande
aventure**

Parcours
Couple

**UN COUPLE
ÇA SE CONSTRUIT !**

www.parcoursalpha.fr/couple



LE PARCOURS COUPLE

Le parcours Couple offre des outils pratiques pour construire une vie de couple solide, épanouissante et durable.

Le parcours se compose de 7 soirées.

Un dîner rien qu'à 2

A chaque soirée, vous vous retrouvez, en tête à tête, autour d'un repas aux chandelles.

Un thème de réflexion

Au cours de ce repas, un exposé est fait sur le thème de la soirée, pour amorcer et nourrir vos échanges en couple.

Une mise en pratique immédiate

Les exposés sont entrecoupés de temps d'exercices pour mettre en pratique les solutions proposées. Enfin, entre 2 soirées, vous êtes invités à vous retrouver pour un temps privilégié de partage.

"L'intimité du couple est toujours respectée. Il n'y a ni discussion, ni partage en groupe."

Témoignages

ILS ONT SUIVI LE PARCOURS



Emmanuel & Dominique

MARIÉS DEPUIS 13 ANS

« Vivre ce temps a été, un peu comme un rendez-vous amoureux régulier. C'est un temps où nous avons dit de manière apaisée ce que l'on ne se dit jamais. En nous guidant, c'est un peu comme si le parcours Couple avait mis dans nos bouches les mots que nous voulions nous dire depuis longtemps. »



Jacques & Alice

MARIÉS DEPUIS 35 ANS

« Le parcours a été pour nous une bouffée d'oxygène, un air frais, dans une pièce fermée depuis longtemps. Au final, les réflexions proposées, nous ont permis de mettre le doigt sur nos dysfonctionnements, sur des aspects de notre vie que les habitudes ont tendance à mettre au placard. Du neuf dans le quotidien. »

Pour qui ?

OUVERT À TOUS

Le parcours Couple s'adresse à tous les couples, chrétiens ou non, mariés ou vivant ensemble depuis plus de deux ans et qui ont envie d'approfondir leur relation.

Combien ça coûte ?

L'inscription est de 40 € par couple.

Les frais d'organisation (salle, documents divers, etc...) sont à la charge des organisateurs.

Pour les repas il est demandé une participation de 25 € par couple et par soirée.

Où trouver un parcours ?

SUR INTERNET

Consulter la carte des parcours sur parcoursalpha.fr/sinscrire.

