



Bulletin électronique pour les couples et les familles

Hiver 2011 - Volume 1 - no 4

Parce que les couples et les familles de la Mauricie nous tiennent à cœur!
Un bulletin proposé par le dossier famille du diocèse de Trois-Rivières.

La Saint-Valentin en famille!

La Saint-Valentin, fête populaire soulignée le 14 février, est considérée comme la fête de l'amour et de l'amitié. À l'école, au service de garde scolaire ou à la garderie, les enfants auront l'occasion de confectionner des cartes, des cadeaux, d'écrire des lettres et des poèmes. Ils rapporteront à la maison le fruit de leur travail de création. Ces petites douceurs enjoliveront la vie familiale.

Dans notre vie de famille, comment souligner cette fête populaire? Que pouvons-nous faire de spécial qui n'aurait pas été fait à l'école ou à la garderie? Que pouvons-nous faire entre nous?

La Saint-Valentin, en 2011, est un lundi. Un petit quelque chose de spécial pourrait être vécu en famille le jour précédent! Un dimanche familial de petites douceurs!

Le livre « Le Petit Prince » est une très belle histoire qui parle d'amitié. Le Petit Prince a une rose qui est très importante pour lui. Il l'aime. Le Petit Prince prend du temps avec sa rose. Il en prend soin. Il la cajole, il lui parle. « C'est le temps que tu as perdu pour ta rose qui fait ta rose si importante »...

En famille, nous sommes des roses les uns pour les autres. Notre famille est comme un beau jardin. Nous aurions peut-être des tonnes de choses à faire au lieu de prendre du temps ensemble. Pourtant, nous le savons,



prendre du temps en famille n'est pas une perte de temps.

Pour faire grandir l'unité et l'harmonie dans la famille, vivre ensemble du temps de qualité a son importance. La Saint-Valentin 2011 peut être une occasion de prendre du temps en famille, un temps heureux et précieux. Un investissement qui vaut tout l'or du monde!

Mélanie Charron

Mélanie Charron
mcharron@diocese-tr.qc.ca

Sommaire

- * **Vie de couple:** Les étapes de la vie de couple : la lutte pour le pouvoir. page 2
Notre chanson. page 3
- * **Mariage:** Pour préparer la célébration page 4
Sessions de préparation au mariage. page 5
Moment d'intériorité en couple et pour notre couple page 6
- * **Famille:** La famille, une communauté de vie ouverte sur le monde. page 7
Pour souligner la Saint-Valentin en famille! page 8
- * **Infos :** Une ressource pour la vie à deux: questionnaire « Inventaire pour couples » page 9
Pour Les ADOS de nos familles : Mouvement La Relève. page 10

Les bulletins antérieurs se trouvent à www.diocese-trois-rivieres.org
au menu d'en-tête « Pastorale » dans le menu déroulant « Famille ».



Vie de couple

Les étapes de la vie de couple : la lutte pour le pouvoir

Au bulletin d'automne 2010 nous évoquons l'étape de la vie de couple qu'est la romance, étape appropriée à la Saint-Valentin. À l'approche de cette fête populaire associée au romantisme, nous présentons cette fois l'étape de la lutte pour le pouvoir, contraire aux fleurs et aux chocolats offerts amoureusement. C'est étrange que nous abordions ce sujet maintenant, mais, après la romance la lutte pour le pouvoir est bien souvent inévitable!

La lutte pour le pouvoir, c'est l'étape au cours de laquelle la relation conjugale se situe davantage au niveau de la raison. Alors que les attentes étaient parfois irréalistes au temps de la romance, voici que la réalité frappe le couple de plein fouet! L'illusion romantique tombe, l'idéalisation de la relation et du partenaire fait place au réalisme et au naturel de chacun des conjoints. Peuvent alors s'immiscer la déception, le doute et la désillusion par rapport à l'autre et à la relation.

Le nom de cette étape dans la vie de couple évoque les possibles tensions dans la vie à deux. Le moindre désaccord peut être à la source d'un conflit au cours de cette houleuse période. Les différences de vision entre les conjoints émergent. Les besoins différents ou le manque de synchronisme dans le désir et dans les désirs sont constatés. L'idée de pouvoir changer l'autre s'accroît.

Changer de pièce pour éviter son conjoint, hypermotivité, hausser la voix... Pour la femme, refuser la rencontre sexuelle. Pour l'homme, refuser le romantisme. L'agressivité, l'égoïsme, les crises, la manipulation, la culpabilisation, la tyrannie, la violence psychologique, verbale et physique sont des attitudes et comportements malheureusement possibles à cette étape. La lutte pour le pouvoir peut devenir une menace à la relation au point de conduire un couple à la rupture.

La lutte pour le pouvoir a une durée. Elle prend fin lorsque les conjoints vivent une façon de communiquer porteuse de solutions et d'harmonie. L'issue de la lutte pour le pouvoir se trouve aussi dans la capacité pour chaque conjoint d'accepter les différences. La façon de voir la vie et la relation peut varier entre les partenaires. Les besoins et les désirs personnels également. La lutte pour le pouvoir s'estompe finalement lorsque chacun des conjoints constate qu'il est inutile de vouloir changer l'autre. L'autre ne changera pas. Au mieux, il ou elle évoluera. La conclusion de la lutte pour le pouvoir, dans la communication et l'accueil des différences, se solde par le choix d'aimer l'autre et d'avancer avec l'autre dans la relation.



En communiquant avec maturité, en reconnaissant leurs responsabilités et dans la vérité, les couples traversent la lutte pour le pouvoir en tirant des leçons positives de cette étape. Une fois résolue, elle a un résultat formateur pour le couple. Elle permet une saine mise à l'épreuve de la relation dans la différence et dans le développement de la capacité de réaction des conjoints dans les désaccords. Finalement, cette étape de la vie conjugale mène, une fois passée, à un partage du pouvoir porteur d'épanouissement pour le couple.

C'est bientôt la Saint-Valentin. Être dans l'étape de la lutte pour le pouvoir, comme couple, peut donner dégoût de cette fête. Et pourtant... Pourquoi ne pas en profiter pour replonger dans les souvenirs heureux des débuts de la relation? Ils peuvent redonner des papillons dans l'estomac, manifestation amoureuse, et aider à traverser une étape de la vie de couple dérangeante mais qu'on dit inévitable. Une étape qui fait pourtant progresser dans la construction du bonheur possible dans la vie à deux.



Vie de couple

Notre chanson

Un jour, une femme dit à une autre qui débutait une fréquentation dans un but amoureux : « Surtout, permets-toi d'être "quétaine!" C'est permis en amour! »

Patrick Normand a écrit une chanson bien connue qui pour plusieurs peut paraître « quétaine ». Et pourtant! Beaucoup connaissent cette chanson! « Ne laisse pas passer la chance d'être aimé(e), le cœur devient moins lourd quand on est en amour... »

La musique et les chansons d'amour ont leur place chez des amoureux. La chanson d'un auteur permet l'identification et l'expression de ce qui est parfois difficile à verbaliser par soi-même.

Des amoureux qui disent « C'est notre chanson! » voient en cette dernière un code secret, un résumé de leur histoire. Aux moments heureux de la relation, « la chanson » d'un couple est porteuse de romantisme et des rêves les plus fous. Aux moments plus difficiles qui nécessitent des dépassements, « la chanson » d'un couple est porteuse de doux souvenirs et elle peut devenir source de motivation à s'investir pour la durée de la relation.



Avoir une chanson évocatrice pour notre couple peut sembler parfois « quétaine ». Mais, en amour, c'est permis! Quelle est notre chanson? À l'approche de la Saint-Valentin, n'est-ce pas une belle occasion de se la rappeler ou même d'en ajouter une ou plusieurs à notre « juke-box » conjugal?

À la **Jean-Pierre Ferland** chanter : « Une chance que je t'ai... Je t'ai, tu m'as...
Une chance qu'on ça... ».

À la **Richard Desjardins** chanter : « Quand j'aime une fois j'aime pour toujours... ».

À la **Étienne Drapeau** chanter : « Mais aujourd'hui enfin je le dis...
Comme je l'ai jamais dit à personne... Je t'aime ».

« Le cœur devient moins lourd, quand on est en amour »



Mariage

Pour préparer la célébration

Une rencontre de deux heures est offerte aux couples qui célébreront leur mariage à l'église au cours de cette année. Cet atelier permet de découvrir les parties de la célébration du mariage, les choix de textes et des idées pour une célébration à votre couleur.

La participation à cet atelier donne davantage de sens au vécu de la célébration de votre mariage et est une excellente préparation à votre rencontre avec le prêtre ou le diacre qui célébrera avec vous ce sacrement.

Dates	Lieux
Mardi, 15 mars 2011 19 h 30 à 21 h 30	Centre diocésain Monseigneur-Pelletier 347 rue Laviolette, Trois-Rivières
Samedi, 26 mars 2011 10 h à 12 h	Centre diocésain Monseigneur-Pelletier 347 rue Laviolette, Trois-Rivières
Mercredi, 11 mai 2011 19 h 30 à 21 h 30	Lieu à déterminer Aux environs de Shawinigan Nous vous aviserons du lieu sur inscription

Coût : **5 \$**

Outil facultatif utile : Guide « *Une fête pour notre amour* » en vente à la Librairie Paulines au 350 rue de la Cathédrale ou sur place au moment de l'atelier. Prévoir 5 \$ pour son achat.



Inscription nécessaire au moins **2 semaines avant l'atelier**

auprès de Mélanie Charron (coordonnées à la fin de ce bulletin).





Mariage

Sessions de préparation au mariage

Le mariage, en plus d'être l'un des plus beaux jours de votre vie, lorsqu'il est célébré en Église, est aussi un sacrement. Ainsi, au même titre que les sacrements du baptême, de l'eucharistie, du sacrement du pardon et de la confirmation, il demande un cheminement et une préparation adéquate¹.

Voici les prochaines sessions de préparation au mariage.

Inscrivez-vous si ce n'est pas déjà fait!

Vivre le mariage chrétien	
Lundis soirs 19 h à 22 h	Vendredis soirs 19 h 30 à 22 h 30
7-14-21 mars 2011	11-18-25 mars 2011
4-11-18 avril 2011	8-15-22 avril 2011
25 avril - 2-9 mai 2011	29 avril - 6-13 mai 2011
16-23-30 mai 2011	20-27 mai-3 juin 2011
<p>Lieu : 59 rue Saint-André Secteur Cap-de-la-Madeleine à Trois-Rivières. Personne de contact : Mme Michèle Mckensie, 819 373-7831</p>	

Services de Préparation au Mariage		
Dates	Lieux	Contacts
<p><u>Rencontre d'information :</u> Dimanche 30 janvier 2011 13 h 30</p> <p>Session : Vendredi 25 février 2011 (soirée) Samedi 26 février 2011 (journée entière)</p>	Église Sainte-Marie-Madeleine	Lise Racette et Paul Racette 819 373-8289
<p>Samedi, 19 mars 2011 (jour et soirée)</p> <p>Dimanche 20 mars 2011 (matinée)</p> <p>4 mercredis soirs 19 h à 22 h 9-16-23-30 mars 2011</p> <p>Samedi, 30 avril 2011 (jour et soirée)</p> <p>Dimanche 1^{er} mai 2011 (matinée)</p> <p>Samedi, 4 juin 2011 (jour et soirée)</p> <p>Dimanche, 5 juin 2011 (matinée)</p>	Église Saint-Georges-de-Champlain	Mélanie Charron 819 379-1432 poste 2365
	Session externe sans hébergement	

Vers une vie à deux : projet mariage	
Dates	Lieu
4 au 6 février 2011 4 au 6 mars 2011 29 avril au 1 ^{er} mai 2011	Maison de la Madone Près du Sanctuaire Notre-Dame-du-Cap 10 rue Denis-Caron Trois-Rivières, Qc, G8T 3W9
<p>www.maisonmadone.com</p> <p>Contact : réception Maison de la Madone au 819 375-4997</p>	

¹ Lettre aux couples en marche vers le mariage 2010-2011, de Monseigneur Martin Veillette, évêque du diocèse de Trois-Rivières.



Mariage

Moment d'intériorité en couple et pour notre couple

Comme couple vous pouvez risquer l'intériorité et la prière pour vous garder unis sous le regard du Dieu amour. Un texte qui pourrait être utilisé comme « Prière des époux » dans la célébration du mariage.

L'amour, une route

L'amour n'est pas tout fait, il se fait.

Il n'est pas robe ou costume prêt-à-porter,
mais pièce d'étoffe à tailler, à monter et à coudre.

Il n'est pas appartement livré clé en main, mais maison à concevoir,
à bâtir, à entretenir, et souvent à réparer.

Il n'est pas sommet vaincu, mais il est départ de la vallée,
escalades passionnantes, chutes dangereuses,
dans le froid de la nuit, ou la chaleur du soleil éclatant.

Il n'est pas un solide ancrage au port du bonheur,
mais il est levée d'ancre et voyage en pleine mer,
dans la brise ou la tempête.



Il n'est pas un oui triomphant, dit comme un énorme point final qu'on écrit en musique,
au milieu des sourires et des bravos,

mais il est multitude de oui qui pointillent la vie,
parmi une multitude de non qu'on efface en marchant.

Ainsi, respecter l'autre, vois-tu ce n'est pas ne pas s'égarer, ne pas se battre, ne pas tomber,
c'est toujours se relever et toujours marcher.

C'est vouloir poursuivre jusqu'au bout le projet ensemble préparé et librement décidé.

C'est faire confiance à l'autre, au-delà des ombres de la nuit.

C'est se soutenir mutuellement, au-delà des chutes et des blessures.

C'est avoir foi en l'Amour tout-puissant, au-delà de l'amour.

Michel Quoist

Tiré du livre : *Toi et moi : florilège pour la vie à deux*, Médiapaul, Montréal, 2009.



Vie de famille

La famille, une communauté de vie ouverte sur le monde!

Lorsqu'un couple concrétise le projet d'avoir un enfant, une grande joie s'installe au moment de l'accueil d'une grossesse... Alors que les futurs parents vivent toutes les émotions de cette nouveauté, l'annonce de la bonne nouvelle aux proches et aux amis est un moment qui s'apparente à une fête! Les émotions s'accroissent!

Projeter d'avoir un enfant est un projet intime. Avec l'arrivée de l'enfant, le couple devient famille. Et une famille, bien qu'une cellule sociale effectivement intime, est aussi une petite communauté de vie qui s'ouvre sur le monde.

Ouverte sur le monde, la famille rend des services... Elle rend service aux individus qui la composent et à la société.



La famille, pour l'individu et la société¹:

- * Donne la vie;
- * Répond à des besoins de base physiques, psychologiques et affectifs;
- * Permet à chacun de ses membres d'acquérir une identité;
- * Aide un membre lorsqu'il est vulnérable et incapable de répondre à ses besoins;
- * Forme des personnes capables de soutenir et d'animer la société;
- * Participe au développement de la société dont elle fait partie...

La famille, sur le plan humain et spirituel :

- * Vit des valeurs positives qui peuvent être en lien avec l'Évangile et la foi chrétienne;
- * Fait circuler l'amour entre ses membres pour que chacun se sente aimé;
- * Contribue à la transmission de valeurs comme un héritage reçu et redonné;
- * Prend des moments d'arrêt, en famille, pour reconnaître ce qui est beau et bon dans les défis de vivre ensemble;
- * Apprivoise le silence et l'intériorité pour vivre des moments différents du quotidien, moments qui aident à reprendre son souffle...

La famille, en lien avec l'Église :

- * Participe à des parcours de catéchèse pour cheminer dans la foi;
- * S'exprime pour être écoutée afin que l'Église s'ouvre et s'adapte à elle;
- * Risque de revisiter la foi chrétienne en s'approchant d'une communauté chrétienne ou d'une paroisse...

Que les familles aux mille visages soient remerciées! Vous teintez le monde de toutes vos couleurs!

¹ Inspiré de : Thérèse Poulin et Jean-Marc Lessard, *La famille d'aujourd'hui, un portrait vivant*, Éditions Paulines, Montréal, 1994, p.12.



Vie de famille

Pour souligner la Saint-Valentin en famille!

- ♥ La veille, le dimanche... Un déjeuner au lit... Les parents préparent un déjeuner aux enfants qui demeurent emmitouflés sous les couvertures. Ils se remettent ensuite au lit, et c'est au tour des enfants de préparer quelque chose aux adultes et de leur apporter à la chambre! Des équipes peuvent être formées... Père-enfant, mère-enfant pour servir les autres demeurés au lit... Grand-maman ou grand-papa peut être invité à venir donner un coup de main aux enfants peu habitués à la cuisine!
- ♥ Un souper du dimanche à la chandelle. Avec décoration de la Saint-Valentin et dessert chocolaté. Une occasion de se faire mutuellement des déclarations d'amour familiales!
- ♥ Une marche familiale de début de soirée dans le quartier... Aller sonner chez les amis des enfants pour leur souhaiter bonne Saint-Valentin! Un apprentissage de l'amitié et de la fraternité!
- ♥ Une visite éclair chez les grands-parents pour leur dire « nous vous aimons »!
- ♥ En après-midi, en famille, jouer à un jeu de société ou visionner un film. Prévoir une collation spéciale, santé ou plus gourmande. Une fondue au chocolat, pourquoi pas! Des fruits, bons pour la santé, trempés dans le chocolat gourmand!

Laissez aller votre imagination!





Une ressource pour la vie à deux :

questionnaire « Inventaire pour couples »

La vie à deux, avec ou sans enfant, est une aventure merveilleuse qui comporte son lot de joies et de défis. Qu'un couple soit en début de relation ou qu'il fasse vie commune depuis plusieurs années, sa santé relationnelle est importante et des ressources peuvent aider des partenaires à bien construire leur couple.



Nous vous proposons un questionnaire nommé « Inventaire pour couples ». Il est accessible aux couples de notre région pour leur croissance et leur épanouissement.

Cet Inventaire pour couples a été conçu par M. Serge Tremblay, psychologue. Il est un outil qui permet à des futurs mariés ou à tout autre couple d'avoir un portrait de sa situation. Le questionnaire comprend 180 questions élaborées autour de 14 thèmes reliés à la vie de couple.

Lors de la remise des résultats analysés électroniquement, une personne accréditée parcourt quelques résultats avec le couple. Ces résultats mettent en lumière les forces et les éléments à travailler d'un couple. Celui-ci, ayant en main son portrait, possède alors un outil pour des échanges ultérieurs.

L'Inventaire pour couples donne le portrait actuel d'une relation. Un couple en santé s'en sert pour croître à deux dans l'engagement. Un couple qui traverse un moment difficile peut observer les éléments qui nécessitent de l'attention ou un travail. En aucun cas cependant cet Inventaire pour couples ne sert à évaluer ou à désapprouver un mariage ou une relation. Il sert plutôt le couple lui-même qui prend en main sa santé conjugale.

Vivre à deux dans la durée est un défi possible. L'Inventaire pour couples est un outil précieux à faire connaître aux couples de chez nous.

Informations techniques concernant l'Inventaire pour couples :

- Les couples déjà mariés, avec un projet de mariage ou les couples n'ayant pas nécessairement de projet de mariage peuvent utiliser cette ressource.
- L'Inventaire pour couples est un outil administré par la Fédération nationale des Services de Préparation au Mariage qui veut en faire profiter le plus grand nombre de couples possible.
- Cet outil favorise la discussion dans le couple de façon autonome. Un couple le désirant pourrait toutefois consulter un thérapeute conjugal pour aller plus loin.
- Dans notre région, seules les personnes accréditées peuvent administrer l'Inventaire pour couples en toute confidentialité (faire répondre au questionnaire, demander l'analyse, rencontrer le couple pour lui remettre ses résultats).
- 40\$ par couple sont demandés pour obtenir l'Inventaire et recevoir les résultats.
- L'inventaire pour couples est disponible toute l'année, sur demande. Deux rencontres de 60 minutes sont à prévoir à la maison ou dans un lieu approprié convenu avec une personne accréditée.
- Vous pouvez référer un couple ou demandez vous-mêmes des informations à la personne répondante du dossier famille aux services diocésains de Trois-Rivières. Mélanie Charron, mcharron@diocese-tr.qc.ca ou 819 379-1432 poste 2365.



Pour les ADOS de nos familles : Mouvement La Relève

La Relève est un chemin de croissance pour les adolescents. Vanessa Dessureault-Lussier a débuté son cheminement en 2008. Aujourd'hui étudiante au CEGEP, elle poursuit son cheminement avec d'autres jeunes de Trois-Rivières. Elle nous partage son expérience:

« Pour moi, La Relève, c'est l'amour. Durant une fin de semaine, tu changes, t'apprends et surtout, tu grandis. Selon moi, c'est l'amour que tu développes pour les autres, pour toi-même et pour Dieu qui t'aide autant à grandir. Ce que la Relève m'a apporté, c'est une confiance en moi que je n'avais jamais eue avant. Grâce aux gens qu'on rencontre et qu'on apprend à connaître durant les 3 jours de la fin de semaine, on se développe. On apprend à aller vers les autres, donc à s'ouvrir. Plusieurs y trouvent le petit quelque chose qu'ils avaient besoin pour avancer dans la vie. Moi j'y ai trouvé une confiance en moi et une bombe d'amour, mais aussi des gens qui m'aident à cheminer davantage et à mieux accepter les choses que je vis. La Relève est une expérience vraiment « malade » que je conseillerais à tout le monde. Ça en vaut la peine. »



Le mouvement La Relève, de la même famille que le Cursillo, s'adresse aux 13-17 ans. Par la méthodologie du vécu d'une fin de semaine et d'un suivi en petite communauté d'appartenance, La Relève permet à des adolescents de cheminer dans la connaissance de soi, des autres et de Dieu. Depuis 2008, plusieurs adolescents et adolescentes cheminent ensemble dans notre région.

Pour l'instant, les relevistes (jeunes du mouvement) cheminent dans des rencontres de suivi qui se vivent les mardis aux deux semaines. Ces rencontres ont lieu à Trois-Rivières à la maison de la communauté chrétienne de Saint-Jean-Baptiste-de-la-Salle.

Des adolescents de nos familles peuvent vivre la fin de semaine de La Relève et poursuivre un cheminement dans le groupe-noyau qui grandit à Trois-Rivières. L'objectif est de faire grossir ce groupe fondateur pour faire vivre les fins de semaine dans notre région et d'y implanter des communautés de cheminement. C'est là une espérance qui se construit actuellement, un pas à la fois, avec des jeunes d'ici.

...



Pour les ADOS de nos familles : Mouvement La Relève

La prochaine fin de semaine de La Relève aura lieu les 4-5-6 février 2011 et les 18-19-20 mars 2011 au Centre In'Afu à Saint-Esprit (près de Joliette). Cette fin de semaine est organisée par le mouvement La Relève du diocèse de Joliette. Un jeune candidat doit être parrainé par un releviste ayant déjà intégré le mouvement. Les adultes responsables de Trois-Rivières doivent prendre contact avec les parents des candidats. Informez-vous auprès d'une personne de contact concernant La Relève à Trois-Rivières et dans notre diocèse.

**À l'approche de la Saint-Valentin,
offrir une telle expérience à un ado, pourquoi pas!**

Mouvement La Relève de Trois-Rivières

Lisette Bisson, adulte responsable

liset.bisson@yahoo.fr

819 693-1778

Myriam Drolet, adulte responsable

mimilasouris1988@hotmail.com

Pastorale familiale du diocèse de Trois-Rivières

Mélanie Charon

mcharron@diocese-tr.qc.ca

819 379-1432 poste 2365



Par courriel : écrire « La relève » comme objet du message.

Ce bulletin électronique vous est expédié car nous avons votre adresse électronique dans notre carnet d'adresses. Nous l'avons parce que vous faites déjà partie de notre réseau, vous vous êtes abonnés ou en raison d'une demande de service que vous avez faite à l'Église.

En aucun moment nous ne donnerons votre adresse à une autre organisation et vous recevrez de notre part que ce bulletin électronique à ses parutions du printemps, de l'été, de l'automne et de l'hiver.

Vous pouvez transmettre à volonté ce bulletin électronique aux personnes qui pourraient être intéressées.

Pour s'abonner à ce bulletin, veuillez écrire à mcharron@diocese-tr.qc.ca et écrire dans l'objet « Abonnement ».

Service de l'animation pastorale
Mélanie Charron - répondante
dossier famille

Centre diocésain Mgr-Pelletier
347, rue Laviolette, C.P. 1480
Trois-Rivières, Qc - G9A 5L6

Tél.: 819 379-1432, poste 2365
1 800 567-9341, poste 2365

Courriel : mcharron@diocese-tr.qc.ca

Site Internet:

www.diocese-trois-rivieres.org

