

## Envie d'1 dîner en tête à tête ?



*Pas besoin de réserver le resto,*

*QU'elle & Moi s'occupe de tout !*

*Dîner aux chandelles, petits plats dans les grands, ambiance feutrée... C'est pour vous !*

Cette soirée est pour tous les couples mariés ou non qui ont au moins 1 an de vie commune et qui veulent re-découvrir « les clés » pour garder la flamme d'amour toute une vie. Comment notre amour a-t-il évolué ? Et aujourd'hui, est-ce que notre relation nous épanouit ? ...Autant de points que chaque couple pourra revisiter

*LE 14 novembre de 20h00 à 22h00*

*Prix par couple : 15 €*

*Lieu : centre paroissial Jean XXIII*

*Alors ..... inscrivez vous avant le 10 novembre au 0617164425 et lisez la suite du documents*

*Venez au moins à cette soirée, elle risque de vous réserver des surprises !*




## « Qu'Elle&Moi »

**6 soirées, juste pour vous 2 !  
+ 2 soirées facultatives**

Envie de passer **6 bonnes soirées** ensemble pour embellir votre vie de couple ?

Venez aux soirées « Qu'Elle&Moi » !

**Redécouvrez que c'est très agréable..... de vivre ensemble**  
**Réapprenez .....à dialoguer**  
**Retrouvez..... élan et paix du cœur** 

Le temps passe, les couples sont toujours l'un avec l'autre, l'un à côté de l'autre et parfois l'un contre l'autre. Qu'a-t-on fait de notre élan du 1<sup>er</sup> Jour ? Comment notre amour a-t-il évolué ? Et aujourd'hui, est-ce que notre relation nous épanouit ? ....Autant de points que chaque couple pourra revisiter au cœur de ces soirées pour partir d'un nouvel élan.

### Ces soirées s'adressent :

- Aux couples qui veulent renforcer leur amour, mariés, remariés ou non mariés...
- A ceux qui traversent des périodes critiques (naissance, départ des enfants, changement de situation professionnelle, etc.).

### Comment se passe la soirée ?

**Le cœur de chaque soirée est un dîner raffiné en tête-à-tête.** Le cadre agréable et l'ambiance feutrée permettent de se sentir libre et détendu. Les animateurs présentent le thème et le commentent au fur et à mesure. Puis des moments de discussion en couple sont proposés pour partager en toute intimité. La durée du parcours, sur plusieurs semaines, donne aux couples le temps de changer, petit-à-petit, certains comportements.

### Thématique des soirées :

- Comprendre les besoins de l'autre, apprendre à donner et recevoir de l'amour
- Communiquer plus efficacement
- Grandir ensemble en résolvant nos conflits
- Guérir les blessures que l'on a pu commettre chez l'autre



### Parcours en 6 soirées le MARDI :

- 14 novembre
- 12 décembre
- 16 janvier
- 13 février
- 13 mars
- 10 avril

### Soirées facultatives :

- \* 15 mai
- \* 5 juin

### Horaires

20h00 : accueil  
Dîner en tête-à-tête  
22h00 Fin de la soirée

### Un Lieu :

Centre Paroissial Jean XXIII 31 rue  
barbaroux à Brignoles

### Un petit prix :

15 Euros par couple la soirée

**Inscription dès que possible au 06 17164425**  
**Effectif limité, alors ne tardez pas à vous décider**

## Témoignage d'un couple participant à Qu'elle et Moi

### « Elle »

---

Que m'apporte Qu'elle et Moi dans mon chemin spirituel, dans ma relation de couple, etc. ...

Que m'a apporté le parcours Quelle et Moi ....

L'année dernière on m'a ou on nous a proposé de commencer un parcours couple appelé Quelle et Moi. Après avoir suivi l'année précédente le parcours Alpha en solo, je me suis dit : « pourquoi pas »...soyons curieuse, mais là c'est à 2 qu'il faut y aller « MOI et LUI !!! Dur dur !!! De convaincre ma moitié. Là Sr Marie-François m'y aide, « venez et vous verrez, cela fera que du bien à votre couple...j'ai écouté sa parole et mis en pratique la parole de l'Evangile « Venez et Voyez « ..... !!!!

La première rencontre, on se retrouve, une douzaine de couple, repas en tête à tête, dîner aux chandelles, petits témoignages, puis petit travail d'évaluation sur notre couple, mais personnel, pas de compte rendu à donner en fin de soirée....c'est un travail où il faut remonter dans le temps, car après 37 ans de mariage, cela fait du bien de se retrouver et de retracer le parcours jusqu'à aujourd'hui avec ses hauts et ses bas !!!! Mais quel bonheur de refaire ce « travail de machine arrière » , nous avons oublié des souvenirs ou seulement laissé dans un coin de notre tête, car aujourd'hui nous sommes toujours dans les soucis du quotidien.

Ce parcours Qu'elle et Moi nous a permis de rentrer plus intérieurement dans notre vie quotidienne, d'analyser nos manques, nos erreurs, etc....et bien sûr de progresser, de prendre un peu de temps pour nous 2, car il est vrai, on vit à 200 à l'heure et on néglige notre relation de couple....alors dans le courant du parcours ou à la mi-parcours, nous avons décidé, tous les 2 de se fixer un soir de la semaine de se faire une sortie et de dialoguer ensemble sur des points essentiels de notre vie à 2. Ce parcours a renforcé notre chemin de foi dans la vie de notre couple, on a appris à mieux s'écouter, même si parfois s'est encore difficile. Mais on ne nous a jamais dit que « la vie est un long fleuve tranquille », surtout dans une vie à deux. Il faut savoir répondre aux besoins de son conjoint(e), savoir partager, s'écouter et surtout dialoguer, communiquer, non pas avec nos moyens numériques, (attention aux portables, sms..., cela peut détruire une communication dans un couple), mais avec nos mots à nous, nos paroles verbales. Le parcours m'a aussi apporté de la joie, du bonheur et je ne regrette pas cette aventure, ni mon époux....j'aurai aimé recommencer, mais je n'ai pas le droit de redoubler mon année, aussi cette année, je me mets au service de mon prochain pour qu'il vive dans la mesure du possible là où il en est dans son couple des moments merveilleux !!!!

Je cite cette parole de Ste Thérèse : AIMER C'EST TOUT DONNER ET SE DONNER SOI-MEME.

Alors je souhaite à vous toutes et tous, de vivre la même expérience que nous, et vous souhaite une bonne entrée dans le parcours Quelle et Moi.....VENEZ et VOYEZ !!!!

### « Lui » :

---

En septembre 2016, Sœur Marie-François est venue nous trouver à diverses reprises à la sortie d'une messe afin de savoir si nous accepterions de participer aux soirées qu'elle et moi

Une soirée par mois, devant un repas en face à face (ELLE et MOI) et cela aux chandelles mais elle nous avait pas tout dit !! !.....

Personnellement je n'étais pas bien chaud pour y venir mais mon épouse m'a pris par la main et elle a dit « faut aller voir » et oui faut savoir de temps en temps écouter sa moitié...

La première soirée c'est bien passée mais toujours une petite réticence car personnellement j'ai du mal à dévoiler mes pensées intimes.

Puis de mois en mois, de soirées en soirées nous sommes allés jusqu'au bout du parcours.

Lors des repas nous avons un questionnaire sur un thème différent et malgré nos 37 ans de mariage, nous avons appris à nous retrouver au fil des diverses questions qui nous ont été proposées bien que certaines n'avaient pas de réponse évidentes

Nous avons également participé au weekend couples à Cotignac en février (tous les 2 bien sûr) nous y avons retrouvé d'autres couples venant de toute la France et nous y avons reçu de riches enseignements c'était pour nous sans le savoir une continuation de « QU'ELLE et MOI » avec en prime un repas ST VALENTIN.

Nous avons appris à nous retrouver en couple une fois par semaine : nous laissons notre habitation, et partons tous les deux passer une soirée en amoureux en se posant des fois des questions que l'on n'ose pas aborder lorsque nous sommes dans le cadre familial.

La Sœur a sollicité les couples qui étaient allés jusqu'au bout du parcours de venir donner un coup de main et nous nous sommes dit « et pourquoi pas donner un peu de ce que nous avons reçu. »