

## Qu'est-ce que le parcours Alpha Couple ?

Essentiellement pratique, le parcours veut donner à tout couple marié ou non les clés nécessaires pour construire un bon foyer pour la vie. Au cours de soirées passées en tête-à-tête, les conjoints parlent des questions que l'on peut avoir tendance à laisser de côté dans la bousculade de la vie quotidienne. La vie privée du couple est toujours respectée.

## Comment se déroule une soirée ?

Chaque soirée prend la forme d'un dîner aux chandelles, en tête-à-tête. Des exposés alternent avec des échanges et exercices en couple sur le thème de la soirée.

**Il n'y a pas de discussion en groupe et à aucun moment il ne sera demandé au couple participant de faire part aux autres de quoi que ce soit le concernant.**

## Horaire et lieu

De 20h30 à 22h45 dans la crypte de l'église  
Saint-Jacques de Neuilly (167 boul. Bineau)

## Modalités

Une participation financière est demandée, pour les frais de repas et livret du participant. Par couple et pour les 8 soirées : 300 Euros.

Le prix ne doit en aucun cas être un frein à l'inscription (possibilité de prise en charge d'une partie du coût par la paroisse St-Pierre-St-Jacques).

**Chaque couple s'engage pour la durée du cycle.  
Le nombre de places est limité.**

## INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Françoise Perrin et Nicolas Perrin  
Mail : alphacoupleneuilly@gmail.com

## PARCOURS ALPHA COUPLE

**Un couple pour la vie, c'est possible !**

**Un couple ça se construit !**

**Faites ce cadeau à votre couple !**



**1<sup>ère</sup> soirée : vendredi 18 novembre 2022**

## PARCOURS ALPHA COUPLE

### PRENDRE DU TEMPS

Il n'est pas évident pour les couples de trouver du temps à deux, de se poser ensemble pour prendre du recul sur les multiples événements de la vie.

Las Paroisses de Neuilly proposent un parcours « Alpha Couple » de 8 soirées, autour d'un dîner aux chandelles en tête-à-tête, pour construire et consolider sa relation de couple dans la durée.

Il est ouvert à tous les couples, ayant plus de deux ans de vie commune, chrétiens ou non, mariés ou non, pratiquants ou non.

*« Aujourd'hui, il y a un enjeu extrêmement important à aider les couples à vivre véritablement leur vie de mariage. Je suis frappé de voir leur fragilité dans notre société puisqu'en milieu urbain, un couple sur deux divorce. Il faut aider les personnes à vivre leur mariage, à veiller à la communication au sein de leur couple. J'ai donc trouvé que cette proposition Alpha Couple était intéressante, et mérite certainement d'être connue et proposée ».*

Cardinal Jean-Pierre Ricard, Archevêque de Bordeaux pour Alpha Mag

### LES 8 SOIREES

#### #1 - Poser les bons fondements

Prendre du temps l'un pour l'autre.

[Vendredi 18 novembre 2022](#)

#### #2 - Art de la communication

Savoir écouter efficacement.

[Vendredi 2 décembre 2022](#)

#### #3 - La résolution des conflits

Exprimer notre estime à l'autre.

[Vendredi 13 janvier 2023](#)

#### #4 - La puissance du pardon

Repartir ensemble.

[Vendredi 27 janvier 2023](#)

#### #5 - Famille et belle-famille

Guérir les blessures.

[Vendredi 10 février 2023](#)

#### #6 - Une sexualité vraie et épanouie

En parler dans l'intimité du couple.

[Vendredi 10 mars 2023](#)

#### #7 - Les langages de l'amour

Identifier et répondre aux besoins de l'autre.

[Vendredi 24 mars 2023](#)

#### #8 - Qu'est-ce qui fait que le couple dure ?

Soirée de clôture tous ensemble

[Vendredi 14 avril 2023](#)

### TEMOIGNAGES

*« Grâce aux exercices, il nous est proposé de revenir aux sources de notre amour. Nous avons pu nous remémorer notre première rencontre, les meilleurs moments d'il y a 12 ans, 10 ans ou 8 ans »,*

Isabelle et Dominique, en couple depuis 15 ans

*« C'est un temps de parole où nous avons pu parler entre nous de manière apaisée et se dire ce que l'on ne se dit jamais »,*

Emmanuel et Dominique, mariés depuis 13 ans

*« La soirée sur les Langages de l'Amour a véritablement sauvé notre couple. Nous avons chacun réalisé comme l'autre se sentait aimé ! Lui c'était par des paroles valorisantes et moi par des petits cadeaux »*

Sandrine et Thierry, mariés depuis 10 ans

