

« Concilier famille et travail : ensemble, c'est possible! »

Semaine québécoise des familles : 11 au 17 mai 2020



Trouver l'équilibre entre la vie familiale et la vie professionnelle est un défi pour plusieurs d'entre nous. Prendre soin de la vie et de nos relations en trouvant du temps pour nos proches devrait être à la portée de tous et chacun, pourtant c'est parfois loin d'être évident. Chaque membre de la famille joue un rôle essentiel dans la société, mais cela ne doit pas se faire au détriment de la vie de famille. Ainsi nous devons tout faire pour que chaque famille puisse bénéficier du meilleur équilibre possible, entre la vie familiale et professionnelle, pour qu'elle ait la chance de s'épanouir pleinement. En cette semaine québécoise des familles, faisons de notre mieux pour promouvoir cela.

## Avec notre famille

### Suggestions d'activités familiales

- Un lieu privilégié pour être ensemble est l'heure du repas. Profitons-en pour prendre une heure **ensemble** (sans aucun écran). Pourquoi ne pas instaurer une tradition familiale, un soir de semaine ou le dimanche ? Si chacun disait une chose qu'il a apprécié, ce qu'un membre de la famille a fait pour lui cette semaine : un geste, une parole, un sourire, un service.
- Prendre soin de la vie de famille et des relations qui se tissent entre nous, c'est aussi prendre du temps gratuit pour être ensemble, que ce soit en discutant ou en jouant à des jeux de société. Peu importe les occupations du quotidien, c'est payant sur le long terme de passer du temps ensemble gratuitement. Juste pour la joie d'être **ensemble**!
- Prenons un temps entre conjoints ou en famille - si les enfants sont plus vieux - pour trouver **ensemble** notre vision familiale ! Quelle est notre mission comme famille ? Qu'est-ce que nous voulons vivre ? Quelle est notre priorité familiale ? Que faisons-nous pour la faire advenir ? Comment toutes nos actions et choix peuvent nous permettre de tendre vers cette priorité ? Quels sont les choix que nous faisons et sont-ils cohérents avec ce que nous voulons vraiment vivre en famille ?
- Écrivons-la et mettons-la dans un cadre accroché au salon ou simplement déposer la feuille sur le frigo (là où tout le monde passe plusieurs fois par jour) !  
*Exemple : Nous, membre de la famille Tremblay, nous voulons prendre du temps chaque jour pour avoir du plaisir ensemble et s'aimer toujours plus !*
- Nous vous proposons aussi une prière, un peu plus loin dans ce document, qui peut être récitée en famille.
- Pour célébrer notre famille d'une façon particulière, vous pouvez offrir la feuille « Célébrons notre famille ».

## Avec la communauté chrétienne

### Pistes d'homélie pour la messe du 10 et du 17 mai 2020

- Le site internet de l'*Organisme pour la vie et la famille* des évêques du Canada propose des pistes d'homélie pour la messe : [https://www.colf.ca/images/graphics/3 NOTES DHOMÉLIES Semaine nationale pour la vie et la famille 2020.pdf](https://www.colf.ca/images/graphics/3_NOTES_DHOMÉLIES_Semaine_nationale_pour_la_vie_et_la_famille_2020.pdf)

### Prière universelle

- Il est aussi facile d'ajouter une intention lors de la prière universelle concernant les familles.

### Prière après la communion

Une prière vous est proposée cette année, elle se trouve à la page suivante. Elle sera plus facile à manipuler et imprimer sur une page à part.



## Prière pour toutes les familles

Seigneur,

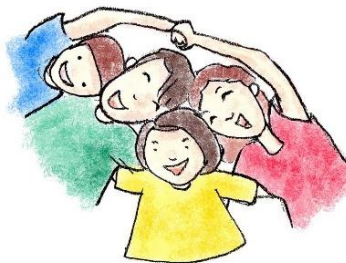
Je te prie aujourd'hui pour les familles qui sont proches de moi et pour celles qui sont loin; pour les familles qui sont malmenées ou accablées par des problèmes; pour celles qui souffrent de solitude et d'isolement; pour celles qui doivent se déplacer à cause de la guerre ou de la famine; pour les familles dont les parents n'ont pas de travail régulier ou de salaire décent.

Je te prie pour les jeunes familles, mais aussi pour les familles dont les enfants sont partis depuis bien longtemps du nid familial; pour les familles qui aimeraient tant concevoir un enfant et celles qui ont de la difficulté à nourrir les leurs; pour les familles ferventes et celles qui ne te connaissent que trop peu.

Je te prie aussi particulièrement pour les familles qui me sont les plus chères; pour celles que je croise au travail et lors de mes activités sociales; pour les familles inquiètes parce qu'un de leur membre est malade; pour celles qui rayonnent de ta bonté et de ta joie; pour les familles que je n'aime pas assez. Finalement je te prie Seigneur pour ma propre famille qui, malgré ses imperfections, est celle où j'ai tant appris.

Ô Jésus ! Tourne ton regard vers les familles, donne-leur la grâce de refléter ton Amour dans le monde. Garde toutes ses familles près de ton Cœur et donne-leur d'abondantes bénédictions dès maintenant, mais aussi pour l'éternité !

Amen.



## Célébrons chaque membre de notre famille

Nous vous proposons de faire à chaque anniversaire ou encore à chaque semaine, un « procès » nouveau genre. Il s'agit de choisir un membre de la famille qui sera « accusé » de toutes ses qualités. Personne n'est parfait, mais nous faisons tous des efforts pour être meilleurs. Il est bon, une fois par année, de le souligner d'une façon originale "la spécificité de chacun et chacune". Ce procès est le moment de souligner tous les germes de sainteté de la personne. Bref, ce procès s'approche plus de celui en canonisation, que de celui au criminel ! Voici en quelques mots la procédure pour faire ce type de procès... rempli d'amour :

- ✘ Il est nécessaire d'avoir un animateur qui donne les tours de parole, il joue un peu le rôle du juge.
- ✘ Chaque membre de la famille est invité à nommer les qualités, charismes, bon coup qu'elle admire chez l'« accusé ».
- ✘ Le style est libre, toutefois, il peut être amusant de débiter son intervention par « prénom de l'accusé, je t'accuse de... »
  - Par exemple : « Juliette, je t'accuse d'être une jeune fille vraiment généreuse. J'admire cela parce que... Tu es aussi très à l'écoute des autres. » Etc.
- ✘ La personne « accusée » n'a pas le droit de parole ! Elle ne peut pas non plus réagir aux accusations positives qu'on lui témoigne. Elle doit accueillir en silence cette vague d'amour, même si cela est parfois intimidant.
- ✘ Par expérience, il est très agréable, par la suite, de pouvoir relire ce qui a été dit de nous. Ainsi, il est possible d'avoir quelqu'un qui assure la tâche de secrétaire. Cette personne note les qualités qu'on voit chez l'accusé et lui remet la feuille à la fin du procès.
- ✘ Pour clore le procès, le juge est invité à émettre la « condamnation ». Cette condamnation invite le condamner à continuer à développer ses qualités et à tout mettre en œuvre, pour devenir la meilleure version de lui-même. Un bref récapitulatif des points saillants peut être fait.



*Inspiré d'une pratique communautaire de la Famille Marie-Jeunesse.*