

*Autour du 14 février
« Une Saint Valentin autrement ! »
à travers toute la France !*



Projet Saint Valentin



Le GUIDE PRATIQUE

- ✓ **Prier**
- ✓ **Organiser / Planifier**
- ✓ **Inviter / Communiquer**

*Ensemble, donnons du sens à la St Valentin
et invitons tous les couples
à un dîner en tête-tête !*

Le Projet

« Une St Valentin autrement ! »

Le 14 février, difficile de passer à côté de la St Valentin !

Alors profitons-en pour inviter les couples d'aujourd'hui à « vivre » cette St Valentin autrement !

Invitons-les à prendre un temps de qualité, rien qu'à eux, pour faire le point sur leur relation et se donner les moyens de consolider leur amour.

Oui, avec des dîners en tête-à-tête, redonnons à cette fête tout son sens, en montrant qu'« amour » peut encore rimer avec « toujours ».

En février, l'amour est à l'honneur dans tous les médias et donc dans l'esprit de tous les couples.

Ensemble, nous pouvons proposer à travers toute la France « Une St Valentin Autrement ». Si le projet a une ampleur nationale, il pourra être relayé par les médias et ainsi permettre au plus grand nombre de couples, chrétiens mais aussi éloignés de l'église, de vivre une St Valentin qui a du sens.

Une soirée St Valentin est également l'occasion **de faire connaître l'existence des parcours Alpha Couple** en en donnant un avant goût aux couples présents.

Ceux qui le souhaitent pourront en effet poursuivre leur réflexion en rejoignant un parcours (le vôtre, en février ou plus tard dans l'année ou même un parcours voisin si vous n'en avez pas dans votre église).

Cette soirée est ainsi une formidable occasion de permettre aux couples de découvrir des lieux pour faire grandir leur amour, comme en témoigne le Pasteur Eddy Walez : *« Plus de 80% des couples de notre parcours ne sont pas chrétiens, ils nous ont connus à l'occasion de la soirée St Valentin »*

En quoi cela consiste pour vous ?

C'est simple : nous vous proposons d'organiser une « soirée St Valentin » dans votre église/paroisse dans la semaine avant ou après le 14 février et d'y inviter largement des couples de votre quartier. Il s'agit de proposer aux couples un dîner romantique en tête à tête pendant lequel ils pourront faire le point sur leur relation.

Pour cela, nous avons conçu ce petit guide pratique pour vous assister dans l'organisation de cette soirée. Il ne s'agit que de propositions et idées pour vous faciliter la tâche, vous êtes bien sûr libres d'être créatifs et innovants !

Bonne préparation à vous et à vos équipes.

Que cette « St Valentin autrement ! » ait du sens pour tous les couples !

**Ensemble, redonnons sa place à l'amour
et offrons aux couples une occasion de faire le point sur leur relation !**



I. PRIER

« La prière ne remplace pas l'action, mais c'est une action que rien ne saurait remplacer » Dietrich Bonhoeffer

La prière est le fondement de toute initiative d'église.

Ce projet « une Saint Valentin Autrement » ne peut exister que s'il est porté par chacun et collectivement dans la prière.

Voici quelques suggestions pour porter ce projet dans la prière. **Faites le savoir !**

- Prenez l'habitude de prier en équipe pour le projet et les uns pour les autres
- Communiquez sur le projet de cette soirée St Valentin auprès de votre communauté et des autres communautés voisines
- Mobilisez les groupes de prière de la région autour de cette intention

Encouragez les chrétiens à porter les couples dans la prière.



II. ORGANISER / PLANIFIER

1. Pour bien commencer ?

- **Veiller à ce que votre curé ou pasteur soutienne ce projet**
 - **Constituer**, en accord avec votre curé ou pasteur, **une petite équipe « projet motivée »** (elle peut être différente de l'équipe d'organisation du parcours).
- ⇒ Répartition claire des rôles et des missions : nous vous préconisons un responsable pour l'ensemble du projet puis des responsables par domaine: communication/invitation (cf : chp III), repas, décoration, accueil, contenu (topo, témoignages, exercices, présentation parcours).

Remarque : une église qui ne proposerait pas/plus de parcours Alpha Couple actuellement est bien sûr chaleureusement invitée à organiser une soirée St Valentin. Quoiqu'il en soit, cette soirée peut aussi s'organiser de façon autonome et pour les couples qui souhaitent poursuivre par un parcours, des lieux voisins peuvent être proposés.

2. Pour vous aider à Planifier

Pour vous aider dans votre organisation, voici quelques points à ne pas oublier d'aborder en amont du projet :

- **Définir la date de votre soirée St Valentin**
Cette soirée n'a pas forcément lieu le jour du 14 février, elle peut être dans les 8 jours avant ou après cette date clé selon vos possibilités (WE, vacances scolaires, ...).
- **Réfléchir au lieu idéal et réserver la salle dès maintenant**
Salle paroissiale, municipale, restaurant, cafétéria de supermarché, ... Soyez créatifs !
- **Planifier la logistique du repas** (traiteur, cuisine faite par la communauté, plats surgelés, thème culinaire, ...)
- **Imaginez des idées de décoration** de la salle pour le cadre de la soirée soit romantique et chaleureux (bougies, fleurs, nappes, animation musicale...)

- **Prévoir le matériel nécessaire à la soirée** (déco, sono, projection, ...)
- **Chercher des couples témoins** qui ont suivi eux-mêmes un parcours et qui accepteraient de venir témoigner lors de cette soirée des bienfaits du parcours sur leur couple
- **Se procurer des supports d'invitation à la soirée St Valentin** : imprimer les affiches et cartes d'invitation nécessaires dès le mois de janvier (cf : chp III, 3 : les outils)
- **Tracts d'invitation au parcours Alpha Couple**: penser à les commander en amont et à les personnaliser

3. Le Jour J : Proposition d'aide pour l'organisation de la soirée St Valentin

L'idée de cette soirée St Valentin est de donner un avant goût aux couples présents de ce que peuvent être les soirées du parcours Alpha Couple et de ce qu'ils peuvent y vivre. La décoration et l'accueil, sont des éléments clés pour assurer une ambiance conviviale, chaleureuse et romantique et donner envie à ceux qui souhaitent poursuivre la réflexion sur leur relation... Il est également important de préserver l'intimité des couples grâce à des tables où ils pourront dîner en tête-tête, bien séparés des autres couples : l'idéal étant un dîner aux chandelles !

Nous faisons confiance à votre créativité pour accueillir les couples dans un contexte propice à l'échange !

- **Préparation de la soirée : quelques conseils pour ne rien oublier**
 - Prendre un temps de prière en équipe pour confier vos invités
 - Ambiance romantique et intime : bien veiller à la décoration, éclairage intime et chaleureux, musique d'ambiance... (les couples dînent en tête à tête)
 - Vérifier la logistique du repas
 - Définir les personnes à l'entrée pour l'accueil
 - Tester la projection vidéo (écran + ordinateur)
 - Penser à imprimer les exercices à proposer aux couples pendant la soirée (doc « Coup de projecteur sur votre couple ») : cf annexe 2
 - Prévoir des tracts d'invitation/inscription au parcours Alpha Couple (le vôtre ou un parcours voisin)

- **Le déroulement de la soirée : idées et propositions :**

En terme de contenu et d'animation, **voici une proposition de déroulé détaillé pour vous aider à animer votre soirée**. Cela reste une proposition !

- **Temps d'accueil** / apéritif
- Installation des couples à leur table (table en tête-tête)
- **Mot d'accueil** et présentation de la soirée
- **Un petit topo** sur « qu'est-ce qui fait grandir une relation de couple ? » (ce topo vous sera envoyé sur simple demande à contact.couple@parcoursalpha.fr)
- *Laisser du temps aux couples de se retrouver et échanger sur le topo*
- **Proposition d'un exercice à faire en couple** « Quiz pour mon couple» www.amisdalpha.fr/stvalentinautrement)
- *Laisser du temps aux couples pour faire l'exercice*
- **Des témoignages** de couples qui ont déjà fait le parcours (1 ou 2) : « *Nous avons pris du temps pour notre couple et voici ce que cela nous a apporté* » (cf annexe 1)
- **Proposition d'un autre exercice à faire en couple** «*Des pistes pour mieux aimer*» www.amisdalpha.fr/stvalentinautrement)
- *Laisser du temps aux couples pour faire l'exercice*
- **Présentation du parcours Alpha Couple** : vous pouvez soit présenter la vidéo sur www.amisdalpha.fr/stvalentinautrement), soit faire vous-même une présentation du parcours.
- **Inviter les couples** qui souhaitent poursuivre cette réflexion à s'inscrire à un parcours Alpha Couple.
- ⇒ Distribution du tract personnalisé par vos soins (*dates et lieu du parcours*) : *commande des tracts dans la boutique du site internet* : www.amisdalpha.fr
- Vous pouvez, si vous êtes à l'aise avec cela, terminer la soirée par **une prière** très simple et accessible à tous (cf annexe 2)

Idée : *Pourquoi ne pas organiser un dîner d'une dimension plus importante en réunissant plusieurs communautés chrétiennes voisines: parlez-en autour de vous pour travailler ensemble !*



III. INVITER / COMMUNIQUER

Pour assurer la réussite de votre soirée St Valentin, il faut bien sûr une bonne organisation mais il faut surtout des invités !!

Pour cela, il faut les inviter et faire savoir au plus grand nombre que cette soirée existe !

1. A qui s'adresse cette soirée ?

Cette soirée s'adresse à **TOUS les couples** : mariés ou non, chrétiens ou non, quelque soient leur âge, leur nationalité, leur confession... Tous les couples qui ont envie de prendre soin de leur couple et de passer une St Valentin qui a du sens.

- ⇒ Il est important de bien garder cela en tête dans toutes vos actions d'invitation et de communication : il s'agit en effet d'un événement ouvert à tous, très grand public où tous les couples sont les bienvenus et peuvent se sentir accueillis.

2. Comment s'organiser pour inviter ?

L'aspect communication et invitation est primordial dans la réussite de votre soirée « St Valentin Autrement ».

Pour gérer au mieux vos différentes actions de communication, nous vous conseillons qu'un **membre de l'équipe soit spécialement dédié pour cela** : gestion et coordination de tous les aspects qui touchent la communication, l'information et l'invitation tant auprès de votre communauté qu'auprès du grand public.

Concrètement il aura la responsabilité de :

- ⇒ Mobiliser les chrétiens de la communauté dans le projet
- ⇒ Informer les chrétiens de responsables pastoraux et mettre à leur disposition des outils d'invitation
- ⇒ Imprimer / commander les supports d'invitation
- ⇒ Organiser la diffusion des supports : distribution de tracts aux offices, affichage dans les commerces de proximité, ...
- ⇒ Organiser les annonces dans l'église, la parution d'articles, ...

Osons inviter « large » !

3. Les outils à votre disposition pour inviter largement

- [Cartes d'invitation à la soirée « St Valentin autrement ! »](#)

Cette petite carte permet d'inviter personnellement en donnant cette carte en main propre ou bien de les laisser à disposition dans un magasin, une école, une église...

Où les trouver ?

C'est facile, il vous suffit de la télécharger sur le site : www.amisdalpha.fr/stvalentin et de la personnaliser avec les infos de votre soirée : la date, l'heure et le lieu du dîner « St Valentin Autrement » (par impression grâce à un fichier type). Impressions couleurs pour un meilleur résultat.

Propositions d'utilisation :

- Invitation personnelle à un ami
- Distribution aux chrétiens de votre communauté pour qu'ils invitent leurs amis
- Mise à disposition auprès des responsables pastoraux de votre communauté
- Mise à disposition dans l'église pour les passants
- Diffusion dans les commerces / écoles / salles d'attente...
- Tractage dans la rue, sur les marchés, sorties de magasins, salons, ...

- [Affiches Alpha A4](#)

Ces affiches permettent d'annoncer largement votre soirée pour y inviter les couples de votre quartier ! De nombreux lieux sont susceptibles d'attirer l'attention des couples : églises, écoles, commerces de proximités (boulangeries, pressing, ...) mais aussi les parfumeries, fleuristes, ... (premiers concernés dans la période de la St Valentin)

Où les trouver ?

Il vous suffit de les télécharger en ligne www.amisdalpha.fr/stvalentinautrement et de les imprimer en couleurs.

Il vous suffit de les personnaliser (à la main ou imprimante) dans la partie vide en indiquant la date, l'heure et le lieu du dîner « St Valentin Autrement ».

Alors à l'affichage pour une forte visibilité dans votre quartier!

Propositions d'utilisation :

- Information dans les commerces du quartier
- Mobilisation des chrétiens en affichant dans l'église
- Signalétique pour indiquer le lieu de la soirée le jour J
- Décoration de votre salle pour la soirée St Valentin

4. Vos relais d'invitation

Il est important de s'appuyer sur les bons relais pour que l'information circule et arrive aux personnes concernées :

- Les chrétiens de votre communauté

Il est important d'impliquer l'ensemble de la communauté dans le projet et que chaque chrétien se sente mobilisé et co-responsable de le faire connaître.

⇒ Pour les mobiliser, vous pouvez diffuser à chaque chrétien des cartes d'invitation St Valentin pour qu'il invite personnellement des couples de son entourage.

- Les responsables pastoraux

Les responsables pastoraux (responsables préparation au mariage, baptême, catéchèse, ...) sont les plus en contact avec des couples susceptibles d'être concernés par votre soirée St Valentin.

⇒ Il est donc indispensable de leur présenter le projet et de mettre à leur disposition des cartes pour qu'ils puissent inviter les couples qu'ils rencontrent dans leurs activités quotidiennes.

- Médias locaux

Une annonce/article dans un journal local ou municipal peut être très efficace pour faire part de votre initiative et donner envie à de nombreux couples de venir tenter l'expérience.

⇒ Un communiqué de presse est à votre disposition sur le site (ligne www.amisdalpha.fr/stvalentin) pour vous aider à rédiger un article.

5. Idées d'actions: pense bête

- **Annonces à la fin de chaque messe/culte du mois de janvier**
Profitez des rassemblements dominicaux pour communiquer et mobiliser votre communauté autour du projet et de l'invitation ! + affiches dans l'église
L'idée est que chaque chrétien invite autour de lui !
=> Diffusion de cartes d'invitation à chaque chrétien (à la sortie de l'église ou sur chaque chaise, ou à disposition dans l'église)
- **Distribution des cartes d'invitation « St Valentin autrement ! »**
Inviter largement dès fin janvier en distribuant des invitations dans différents lieux clés: sortie d'église, place de marché, sortie d'école, ... ou pourquoi pas dans les boîtes aux lettres ?
- **Coller des affiches « une St valentin autrement ! » dans tout le quartier !**
Inciter tous les paroissiens à afficher près de chez eux pour « couvrir » le quartier et que l'événement soit incontournable ! (boulangerie, tabac, épicerie, école, pharmacie, hall de lieux de loisirs, salle d'attente de médecins, fleuristes, parfumeries, ...).
Pourquoi ne pas demander un affichage sur les panneaux municipaux ?!
- **Publier un article dans le bulletin paroissial**
Pourquoi ne pas insérer également une carte d'invitation dans chaque bulletin paroissial.
- **Faire paraître une annonce/article dans des journaux locaux/municipaux**

**N'oubliez pas que rien ne remplace l'invitation personnelle,
alors INVITEZ en TOUTES circonstances !**

Annexe 1 :

Trame pour les témoignages de couples d'anciens participants au parcours Alpha Couple

Il est bon d'entendre un ou deux couples donner leur témoignage et partager les fruits du parcours Alpha Couple dans leur vie.

Ces témoignages peuvent se faire sous forme d'interview.

Conseils :

Quand vous posez vos questions bien insister sur « le ressenti »

L'idée est de poser trois questions qui permettent de retracer le cheminement du couple : avant, pendant et après le parcours :

- *Pourquoi avez-vous décidé de suivre le parcours ?*
- *Quelles ont été vos impressions pendant le parcours. ?*
- *Qu'est ce que cela a changé dans votre couple ?*

Annexe 2 :

Des propositions de prière pour clôturer votre soirée.

Nous vous invitons à prier à voix haute pour les couples de façon courte et très simple. Vous pouvez choisir une des prières ci-dessous pour vous aider :

- « Merci Seigneur de nous avoir donné un conjoint afin que nous apprenions à nous aimer.
Aide-nous, à grandir dans notre compréhension mutuelle.
Aide-nous à reconnaître les besoins de notre conjoint. Amen »
- « Seigneur, nous te remercions parce que nous pouvons t'ouvrir nos cœurs et que tu nous écoutes toujours. Aide-nous à exprimer nos sentiments et à savoir écouter afin que nous puissions grandir dans notre compréhension et notre soutien mutuels. Amen. »
- « Seigneur, merci de donner amour et compréhension mutuelle aux couples ici présents. Apprends-nous à être plein de tendresse les uns pour les autres. Merci d'être toujours notre source d'Amour. Amen. »

INFOS:

Vous pouvez retrouver tous les documents pour vous aider à organiser cet événement en ligne, ils sont téléchargeables sur :

www.amisdalpha.fr/stvalentinautrement

- ✓ **Pour inviter à votre soirée « Saint Valentin autrement ! »:**
 - Outils d'invitation à votre soirée St Valentin : cartes et affiches

- ✓ **Pour l'animation de la soirée**
 - Topo « Prendre du temps à Deux »
 - Exercices à faire pendant la soirée
 - Vidéo de présentation du parcours
 - Propositions de prières

- ✓ **Pour inviter à votre parcours Alpha Couple :**
 - Tract d'invitation aux parcours

- ✓ **Pour informer les médias :**
 - Exemple d'un Communiqué de presse type (à personnaliser si vous le souhaitez)

L'équipe nationale est à votre disposition pour toute question et vous aider à organiser cette soirée « St Valentin autrement ! » dans votre église/paroisse.

contact.couple@parcoursalpha.fr

Témoignage d'un couple qui a testé la Soirée « Saint Valentin Autrement »

« Avant cette Saint-Valentin,
on était le nez dans le guidon! »

« *La Saint-Valentin? Trop commercial!* »,
entend-on parfois... Alpha Couple propose sa version
d'une « Saint-Valentin autrement »: originale
et intime. Verdict de Stéphane et Anne-Angèle
Courtois, 40 ans, participants 2009, à Bayeux.

Alphanews: Aller à cette
soirée Saint-Valentin dif-
férente, une idée de qui?

Elle: Moi. En congé
parental, il n'y en avait
plus que pour la maison
et les enfants. On ne parle
pas beaucoup du couple
dans la dynamique boulot,
dodo. Ça tombait à pic.

Lui: On s'est marié à 20 et
21 ans, et notre dernière
soirée à deux remontait à
près de cinq ans!

> Dans quel état d'esprit
étiez-vous?

Lui: J'appréhendais. Pas
question de parler de mon
couple avec d'autres. Mais
heureusement ce n'est pas
du tout le principe.

Elle: Au contraire, c'est

plutôt table pour deux,
romantique, pas de
« qu'est-ce qu'on mange
ce soir? »

Lui: J'ai surtout aimé ce
moment pour nous, rien
que pour nous. Avant, on
fêtait même nos anniver-
saires de mariage avec les
enfants.

Elle: Eux aussi, étaient
super contents: tran-
quilles à la maison, sans
les parents. Ils voulaient
qu'on recommence!

> Vous les avez écoutés?

Lui: Oui, depuis on
s'est fait un week-end en
amoureux!

Elle: Et ça nous a donné
envie de refaire des soi-
rées en tête-à-tête: on



« Une soirée idéale
pour chasser la routine,
donner une vraie place
au couple », constatent
Anne-Angèle et Stéphane.

s'est inscrit au parcours
Alpha Couple.

> Vous recommandez?

Lui: Sans hésiter.

Elle: Au pire, on perd une
soirée, au mieux, cela vaut
le coup parce qu'on peut
gagner beaucoup.

Recueilli par
Emmanuelle Ollivry

Lire aussi page 1.



Explorez le sens de la vie!

Association Cours Alpha France
154 Avenue Victor Hugo - 75116 Paris
Tél.: 01 82 28 75 80 - Fax: 01 82 28 75 95
Parcoursalpha.fr