

EQUILIBRE

VIE PRO / VIE PERSO



WEBINAIRE DU 16 JUIN 2020



Un besoin

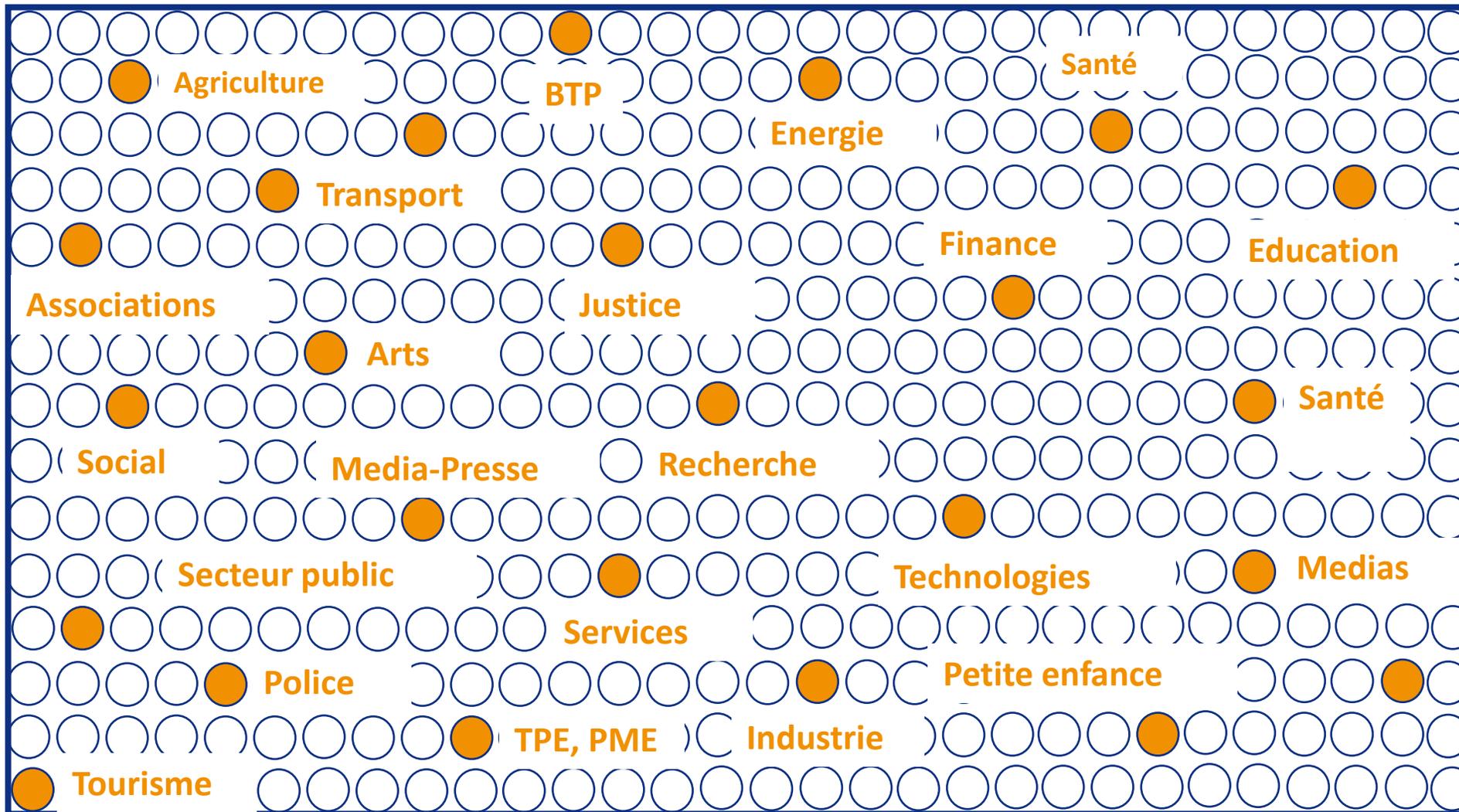
Une vision

Des services

L'église est appelée à « ALLER »



Par la présence des chrétiens au travail ,
l'Église est présente dans tous les secteurs de la société



Les objectifs de C-PROACTIF



- « Penser » notre travail en tant que chrétien
- Le vivre d'une façon qui glorifie Dieu
- Impacter nos environnements pour servir et bénir notre prochain
- Apporter un témoignage percutant et cohérent de notre espérance en JC

A votre service :

Cliquez sur les différents pavés pour aller directement sur le site :



Ressources

Des ressources pour connaître la doctrine chrétienne du travail et plein d'autres choses...



Formation

Des séminaires, des webinaires pour mieux vivre votre foi sur votre lieu de travail.



Groupes

Des groupes de discussion pour apprendre et avancer ensemble dans le service de Dieu au travail .



Coaching

Un entretien offert avec un coach certifié pour vos questions de vie au travail.

Exploration du sujet



**Travail en petits
groupes**

Au temps du confinement

=> nos rythmes ont été perturbés !

La routine « métro /boulot/dodo » s'est interrompue !

Une bonne occasion d'y réfléchir car la situation va durer 😊

- Certains se sont retrouvés avec des journées VIDES, toutes pareilles !!
Qu'est-ce que le temps quand il n'est pas jalonné par un rythme et des limites ?
- Pour les personnes en télétravail, TOUT S'EST MELANGE !
Le besoin d'organiser son temps s'est fait ressentir de façon douloureuse !
 - Temps perso
 - Temps de travail
 - Temps familial

Qu'est-ce qu'un bon équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle ?

Question difficile car nos contextes, nos capacités et nos besoins sont différents

Temps imposés socialement :

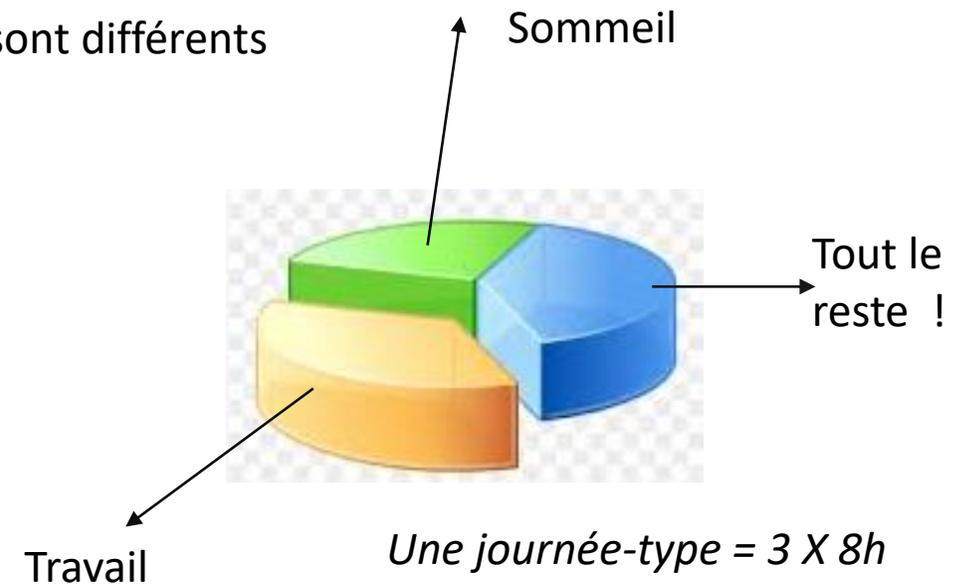
- Temps de travail (cf. culture de notre entreprise)
- Temps d'église (cf. culture de notre vie d'église)
- Temps en famille (selon le stade de notre vie familiale)

Temps choisis :

- Temps de loisirs ou de vie sociale
- Temps d'engagement associatif ou politique
- Temps en famille (choisi!)

Temps ressentis comme une perte

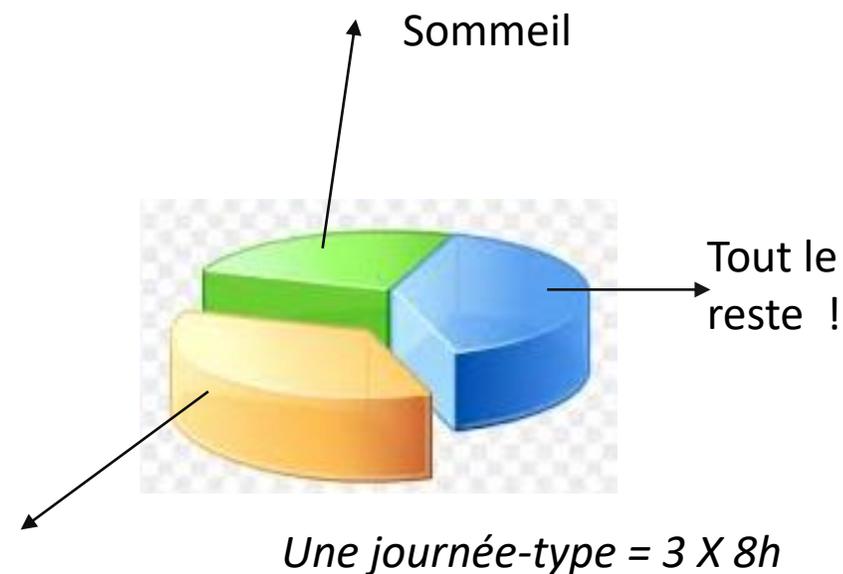
Temps ressentis comme un ressourcement



*Où mettons-nous notre temps d'église ?
Notre temps avec Dieu ?
La durée d'une activité est-elle son seul
critère d'importance ?*

Questions en petits groupes

- Sur une semaine, quel temps accordez-vous :
 - à votre travail ?
 - à votre famille ?
 - à vos loisirs, vie sociale, vie politique ?
 - à votre église ?
 - à votre vie spirituelle ?
- Etes-vous satisfait de cette répartition ?
Pouvez-vous décider de l'usage de votre temps ?





QUE NOUS EN DIT
LA BIBLE?

« Enseigne-nous à bien compter nos jours à rechercher de tout cœur la sagesse » (Ps 90:12)

Quatre principes-clefs :

1. **N**otre temps appartient à Dieu (Ps 139:16)
2. **D**ieu est un Dieu d'équilibre (Ec 3:1-8).
Il donne de la place à toutes choses, y compris au repos !
3. **D**ieu a des projets pour notre vie sur terre (Eph 2:10)
4. **R**acheter le temps (Eph 5:16)
=> en disposer sous son regard et avec la bonne attitude

Confier nos projets à Dieu

Ce qui compte n'est pas la quantité de temps mais **COMMENT** on en dispose (Psaume 90) :

1. (v12) rechercher la sagesse de Dieu

Je prie Dieu qu'il me dise ce qu'il pense de mon projet

2. (v14) bénéficiaire de la fidélité de Dieu

Il ne manquera pas de répondre et de nous guider

3. (v16) savoir reconnaître l'action de Dieu

C'est Lui qui me guide dans la réalisation de mon travail

4. (17) Dieu affermira notre ouvrage

Il rend mon travail utile, dans une dimension éternelle

A votre avis, qu'est-ce que Dieu changerait en priorité si nous le laissions être maître de notre agenda ?



Questions à débattre

1. Comment vivons-nous notre temps de boulot ?

- pas le choix
- temps perdu
- il me prend trop de temps

2. Qu'est-ce qui nous rend 'accro' au boulot ?

Besoin de reconnaissance, pression sociale, ne pas savoir poser des limites, ambition ...

3. Comment poser de justes limites ?

Travail, famille, perso, église, repos ...



Questions à débattre (suite)

4. Occupez-vous des responsabilités dans votre église ?
Dans quelle catégorie d'activités, les placez-vous ?

5. Quel sera votre premier point d'action ?



Pour aller plus loin sur ce thème :

1. Le site acser.org > rubrique « [Votre temps](#) »

De très nombreux sujets, toujours abordés d'une façon pratique et avec un regard chrétien.

Quelques titres :

- [Tri des tâches](#)
- [Calcul de temps pour les tâches](#)
- [Apprendre à dire non](#)
- [Surcharge d'un poste de travail](#)
- [Cumul d'emplois](#)

2. Les 10 commandements de la gestion du temps

Sur le site Imago Dei > rubrique « [Business](#) »

[Portail d'accès](#)

Pour aller plus loin avec



1. Notre prochaine webconf
 1. 23 juin à 20h30 : Travail : droit ou obligation ?
2. Rencontres « c'est lundi : je prie ! »
tous les lundis de 13h15 à 14h
3. Démarrer un petit groupe de soutien
4. S'abonner à la newsletter bi-mensuelle
5. Recommander C-PROACTIF à vos amis