

Ces moments de retrait chez nous sont une merveilleuse occasion de resserrer les liens familiaux, prenons enfin le temps de vivre avec nos enfants, de parler avec eux, de les observer pour mieux les comprendre, car bien souvent le rythme annuel nous fait oublier que la vie passe vite et que bientôt les oiseaux quitteront le nid sans nous ayons pu les connaître réellement...

Quatre principes nous paraissent indispensables pour que tout se passe au mieux :

- Vivons en union avec Dieu
- Organisons la maison en respectant l'autorité et les priorités
- Entretienons un climat paisible
- Gardons le sens de l'équilibre.

Profitons de ces temps libres pour prier et faire prier davantage les enfants.

Oui, la situation est inquiétante, mais si Dieu l'a voulue pour nous, ne devons-nous pas garder confiance en lui, et lui demander de nous aider par la prière ? Celle-ci apaisera les angoisses que vos enfants n'auront peut-être pas su vous dire.

Essayons donc d'augmenter l'esprit de prière et de sacrifice. Exerçons-nous par exemple à nous mettre davantage en présence de Dieu avant le chapelet et les prières du matin et du soir. N'hésitons pas à faire « des pauses prières » plusieurs fois dans la journée : prière du matin, récitation de l'Angelus aux repas, récitation du Chapelet, oraisons jaculatoires d'un instant, prière du soir. Et pourquoi ne pas ajouter au cours de la journée ou à un moment opportun la récitation des Litanies des Saints, un chemin de croix, l'assistance à la Messe en direct ou en différé ou l'écoute d'un sermon de Carême sur La Porte Latine... ? Evidemment ce ne sont là que des idées à adapter à l'âge et aux enfants... Il ne s'agit pas non plus de faire de votre maison un couvent... Comme toujours sachons trouver le bon équilibre !

Pour que les journées passent plus vite, il faut s'occuper !

Un emploi du temps est précieux... Ne laissez pas traîner vos enfants sans « règlement » dès le lever. Ils ont certainement du travail scolaire mais cela n'occupera pas toute la journée. Fixez une heure de lever, de coucher, de repas, de prière... et donnez des responsabilités à chacun : Par exemple, l'enfant qui aura le plus de mal à respecter les horaires deviendra « ingénieur évènementiel » : à lui de battre le rappel ! Vous verrez : cela fonctionne très bien ! (Naturellement vous veillerez à ce qu'il n'oublie pas une fois ou l'autre...)

Les parents devront bien entendu veiller à rester bien unis dans cette épreuve collective :

Ils sont dans la même barque et chacun aura à cœur de veiller à ce que ces moments soient un facteur d'unité plutôt que de discorde ! Si les parents sont calmes et patients, le reste de la famille tendra naturellement à l'être aussi. Le père de famille aura un rôle pacifique et fera respecter l'emploi du temps fixé. La maman sera surtout attentive à ce que la charité règne dans la bonne humeur ; elle restera en contact de près ou de loin avec leurs grands enfants qui n'auront pas pu rejoindre la maison afin que leur équilibre et leur santé soient préservés.

Trouvons un équilibre de vie en organisant des activités diverses et régulières.

Un rappel important : Ne laissez pas les écrans vous envahir ! Ne leur laissez aucune place ! Laissez dehors le monde et ses tentations troublantes !

- parce qu'ils vont entretenir un niveau de stress élevé
- parce que vous allez perdre des moments familiaux extraordinaires !

Réservez les informations à la radio pour vous seuls, cela ne regarde pas les jeunes enfants qui peuvent être inquiets, ou mal interpréter ce qu'ils entendent. Expliquez-leur bien sûr ce qui se passe, mais succinctement.

Après le travail scolaire des plus grands, n'hésitez pas à organiser des **jeux en famille**, et pourquoi ne pas reprendre aussi, ce qui se faisait beaucoup plus autrefois, des **exercices de gymnastique** et des **exercices de respiration** (très bon antidote au stress ambiant et palpable qui règne en ville) devant la fenêtre ouverte tous les matins ! Adaptez – les à chaque âge ; que les plus grands les fassent exécuter aux plus petits. Cela ne pourra que faire du bien, assurant détente et bonne humeur !

**Chantez !** Vous retrouverez bien dans un placard un « boute en train » ! Apprenez à vos enfants les chants de votre jeunesse ; ils vous apprendront les leurs ! Puisez dans la rubrique Bel Canto et Le chœur de Foyers Ardents !

**Lisez !** Entretenez ou redonnez à vos enfants le goût de lire en prenant le temps de choisir avec eux le livre qui leur sera le mieux adapté. Fouillez dans vos bibliothèques ! Et n'oubliez pas de vous plonger dans les articles des Foyers Ardents que vous n'avez pas eu le temps de lire, ou relisez-les... Et si vous en avez besoin, n'hésitez pas à nous demander la liste des lectures des Cercles René Bazin (une grande liste de titres est à votre disposition !). Les bonnes librairies par correspondance restent ouvertes et la Poste fonctionne !

Et pourquoi ne pas **conter**, ou **faire la lecture** ? Reprenez une pièce de théâtre, où chacun lira à voix haute un personnage, ou lisez chacun votre tour un bon livre qui plaira à toute la famille ! Quels bons moments !

**Organisez des spectacles** ; les enfants en sont friands ! Demandez aux plus grands de monter une saynète toute simple avec les plus petits, par exemple en l'honneur du 25 mars prochain...

**Ecoutez** de la belle musique.

Profitez-en pour apprendre à vos filles à **cuisiner**, à **coudre**, à **repasser**, organisez un atelier de coloriage, peinture, découpage (pour cela gardez quelques prospectus ou catalogues corrects) , ou maquette...ressortez les jeux de bricolages... Et puis régulièrement, laissez vos enfants jouer seuls, ou entre eux, et imaginer des constructions, des aventures merveilleuses avec leurs légos, duplos, playmobils, poupées et autres animaux de la ferme ! Ils ont besoin d'avoir leur moment d'autonomie, hors de votre présence.

Donnez un rythme différent au week-end. Faites-en deux jours privilégiés avec des activités plus détendantes ; plus de télé travail, plus de devoirs ! Faites un beau gâteau pour le dimanche, des jeux en famille ; et le dimanche, n'oubliez pas de recommander à chacun de s'habiller avec davantage de soin ! Arrêtez vos occupations habituelles et détendez-vous pour reprendre avec plus de force la semaine après ces deux bonnes journées de détente familiale !

Il faut ajouter un conseil précieux : que votre salon ne se transforme pas en salle de jeu ! le salon est l'endroit où l'on se tient bien, où l'on discute avec les grandes personnes, où l'on peut les écouter parler et où l'on peut s'asseoir calmement pour lire. Réservez les jeux pour la chambre ou la table de

la salle à manger. Si vous n'avez pas beaucoup d'espace, veiller à conserver un petit coin ordonné et calme où l'on aimera se retrouver tranquillement.

Naturellement ces activités multiples et sans cesse renouvelables sont chronophages pour la maman, mais peut-être peut-elle répartir l'organisation entre les plus grands ? Qu'elle n'oublie pas aussi de se préserver quelques moments de repos car « qui veut aller loin ménage sa monture » ... Une heure de sieste pour les plus jeunes ou de lecture calme pour les plus âgés lui permettra de reprendre souffle ! Qu'elle n'en profite pas pour faire un gâteau... (les petits seront tellement contents de le faire avec elle plus tard !) mais qu'elle se repose vraiment ! C'est le meilleur moyen aussi de garder ses forces pour ne pas tomber malade à son tour !

Naturellement vous n'êtes pas obligés de faire toute cette liste ! Choisissez quelques idées que vous renouvelerez à mesure ! Par ailleurs, simplifiez vos menus, faites votre gratin pour deux dîners et une bonne soupe pour trois jours ! Cuisez une bonne quantité de pommes de terre entières pour les manger à l'eau le premier jour, et sautées le lendemain... soyez astucieuses, Mesdames, pour vous ménager et être plus disponible pour votre famille !

Puisez conseils et idées dans votre Revue ! Elle est là pour cela !

Avec la grâce de Dieu, nos familles devraient sortir grandies de cette épreuve, recentrées sur l'essentiel ! Ne subissons pas mais gardons la main avec sérénité.

Nos prières vous accompagnent ! Que Notre-Dame des Foyers Ardents vous protège tous !  
Et que Saint Joseph veille sur nous.

Foyers Ardents