

**Comment  
organiser  
sa vie familiale  
(Maison, Époux,  
Enfants,  
Personnel  
de Maison)**



- Organiser : agencer, coordonner, aménager
- Vie familiale : maisonnée, foyer, ménage; enfants

Une maison familiale **est une atmosphère**, un endroit où il fait **beau vivre**, un endroit où on a envie de s'embellir. C'est un lieu de détente pour l'homme, un bouclier pour la femme.

Un lieu de rafraîchissement et de renforcement pour les conjoints, un lieu de formation pour les enfants.

Organiser sa vie  
familiale c'est créer  
une atmosphère dans  
laquelle tous les membres  
sont épanouis

Pourquoi doit t'on organiser  
sa vie familiale ?

Deux règles de base pour  
concilier viepro/vieperso :

TOUT CE QUI PEUT  
SE PLANIFIER, DOIT  
ÊTRE PLANIFIÉ

Deux règles de base pour  
concilier viepro/vieperso :

**ORGANISER EST  
UNE INTENTION**

- Quelle est ta **vision** pour ta vie familiale ?
- Quel **niveau de priorité** accordes-tu à ta famille ?
- Quelle est ta perception du **rôle de chaque** membre de la famille ?
- Quel est **le temps** que tu dédies à chaque membre de la famille ?

Deux niveaux d'organisation :

L'extérieur (l'habitable) et  
l'intérieur (les membres)

# Extérieur (habitable physique)

<u>LISTE DES ITEMS</u>	<u>ACTIONS</u>	<u>PLANNING</u>
Ménage		
Décoration		

ZONE 1 : ENTRÉE ET SALLE À MANGER			
Enlever les toiles d'araignée	Balayer, aspirer, essuyer	Jeter les plantes mortes	Epousseter les fauteuils et chaises
Dépoussiérer les seuils de fenêtre	Nettoyer la table à manger	Elaguer les buissons	
Avant-porte poussiéreuse	Nettoyer la table a manger	Essuyer les tables	
Arrosage des plantes	Nettoyer sous les meubles	Essuyer les rampes	
Dépoussiérer les meubles	Balayer les toiles d'araignée	Essuyer les luminaires	
Dépoussiérer les plinthes	Balayer les meubles du porche	Jeter les ordures ou bric à brac	
Ranger le porte manteau	Balayer le porche	Ajouter sa touche personnelle	

# Intérieur (les membres)

<u>LISTE DES ITEMS</u>	<u>ACTIONS</u>	<u>PLANNING</u>
Repas		
Etudes		
Occupations extra scolaires		

# Questions

- Comment **organiser efficacement** (l'emploi du temps de) ses enfants pour une meilleure implication dans leur éducation ?
- Comment **s'impliquer et réussir l'éducation** de nos enfants, passer du temps de qualité avec la famille tout en maintenant le niveau du côté professionnel et autres.

# Réponses

- Connaitre l'emploi du temps
- L'intégrer dans sa semaine idéale

# Questions

Comment réapprendre à avoir une vie, des passe-temps , prendre soin de soi même et uniquement de soi sans culpabiliser.



Je suis toujours en train de faire quelque chose en lien soit avec la famille ou le boulot si bien que j'ai un peu oublié comment faire quelque chose pour moi même et quand j'essaie même , je culpabilise.

# Réponses

Tout commence par toi. Si tu n'es plus là, rien ne sera comme tel

# MERCI

