



Une vie à deux, ça se prépare ! Alpha Duo

COUPLES

Une journée et un week-end pour
les couples non mariés, chrétiens ou non,
qui se posent la question de l'engagement

SAMEDI 7 MARS
WE DU 21 ET 22 MARS 2026
MAISON DIOCÉSAINE - NANTES (44)



Plus d'infos
et inscription en ligne



COUPLES

Une vie à deux, ça se prépare ! Alpha Duo

Ecouter les besoins de l'autre,
et réapprendre à s'épanouir ensemble

C'est quoi ?

Le parcours Alpha Duo s'adresse à tous les couples, chrétiens ou non, qui souhaitent réfléchir sur la notion d'engagement, voire un projet de mariage civil et/ou religieux et qui désirent construire cet engagement sur des bases solides. Le parcours est proposé sur un samedi ainsi qu'un weekend entier (samedi après-midi et dimanche), qui forment un tout.

Pédagogie

Le programme suit la pédagogie de Fondacio, basée sur la convivialité, les apports théoriques illustrés de témoignages, les exercices (en couple) et les échanges (avec d'autres couples).

Les thèmes suivants seront abordés :

- Apprendre à mieux communiquer
- Savoir gérer les conflits
- Partager des valeurs et des objectifs communs
- Développer l'intimité du couple
- Réfléchir à l'engagement

Infos pratiques

📅 Sam. 7 mars (9h30-18h30)
Sam. 21 (13h30-22h) au
Dim. 22 mars (9h30-17h30) 2025

📍 Maison diocésaine Saint-Clair - Nantes (44)

✉️ Pascale BOURDEAU - 06 99 90 45 51
alphaduo44@gmail.com



Suivez-nous sur les réseaux
@fondaciofrance

