

# MA FONDATION pour les groupes seulement

## Le jour de la réunion :

- Envoyez un SMS ou appelez les membres du groupe si vous avez leurs coordonnées. Demandez-leur s'ils vont assister à la réunion. Invitez-les à arriver avec dix minutes d'avance pour signer la feuille de présence.
- Préparez la documentation pour la réunion :
  - Apportez un exemplaire du livret *Ma fondation : Principes, compétences, habitudes* pour chaque membre du groupe.
  - Apportez cinq exemplaires supplémentaires du fascicule *Mon parcours vers l'autonomie* pour les membres du groupe qui n'en auraient pas.
  - Préparez un moyen de montrer des vidéos, si c'est possible.
  - Vous n'avez ni livres ni vidéos ? Vous pouvez vous les procurer en ligne sur [srs.lds.org](http://srs.lds.org).

## Installation avant la réunion :

- Disposez les chaises autour de la table de manière à ce que tout le monde soit proche.
  - L'animateur ne reste pas debout pendant la réunion et ne s'assied pas en bout de table. Il ne doit pas être le centre d'intérêt mais doit aider les membres du groupe à se concentrer les uns sur les autres.
- Dessinez cette grille d'engagement au tableau avec les noms des personnes de votre groupe et ce dès la 2<sup>ème</sup> leçon.

COMMITMENT CHART FOR MY FOUNDATION COURSE				
Group Member Name	Personal Commitments (Yes/No)	Lesson Commitment (Yes/No)	Taught to Family / Others (Yes/No)	Reported to Action Partner (Yes/No)

## Au début de la réunion :

- Accueillez chaleureusement les membres du groupe à leur arrivée. Apprenez leur nom.
- Au début de la première réunion du groupe, faites passer une feuille de papier et demandez aux membres du groupe d'écrire leur nom complet, leur paroisse ou branche et leurs coordonnées.
- Dites : « Bienvenue dans ce groupe d'accès à l'Autonomie ! »
- Demandez aux personnes d'éteindre leur téléphone et autres appareils électroniques.
- Faites une prière d'ouverture (et chantez un cantique, si vous le souhaitez).
- Dites ce qui suit :
  - « Vous êtes ici dans un groupe d'Autonomie intitulé 'Ma fondation'. « Êtes-vous tous ici pour améliorer votre autonomie spirituelle ? »
  - « Pendant ces réunions, vous acquerrez des compétences et des habitudes qui amélioreront votre vie. »
  - « Nous nous réunirons douze fois. Chaque réunion durera entre trente-cinq et soixante minutes. Nous passerons aussi du temps entre les réunions de groupe à tenir les engagements qui nous permettront d'acquérir de meilleures habitudes. Vous engagez-vous à y consacrer ce temps ? »

## Pendant la réunion :

- Allouez cinq minutes pour Faire rapport, vingt minutes pour Apprendre et cinq à dix minutes pour Réfléchir, S'engager et Discuter à la fin de la réunion.

**Évaluation de Mon parcours :** Il faut remplir les pages 4 et 5 et la section à la page 6 « Comment puis-je augmenter mon autonomie spirituelle ? » du livret *Mon parcours vers l'autonomie*, avant de commencer le cours *Ma fondation*. Si les participants n'ont pas assisté à la réunion spirituelle *Mon parcours vers l'autonomie*, cela peut se faire lors de la première réunion de groupe hebdomadaire, ce qui ajoutera une treizième semaine au cours. **Il faut remplir les pages 12 et 13 pendant la dernière réunion de groupe hebdomadaire du cours** pour évaluer les progrès.

# Plan pour les Groupes « Ma Fondation uniquement »



**FAIRE RAPPORT** 5 minutes

## AI-JE RESPECTÉ MES ENGAGEMENTS ?

**Lire** : Nous ferons rapport de nos progrès à respecter nos engagements, en les notant sur la grille d'engagement.

**Discuter** : Qu'avez-vous appris en tenant vos engagements ? En quoi pouvons-nous aider ? Prenons conseil les uns des autres et aidons-nous mutuellement. C'est la discussion la plus importante de cette réunion.



**APPRENDRE À L'AIDE DE MA FONDATION** 20 minutes

À la fin de la session faites ce qui suit :



**MÉDITER** 3 à 5 minutes

Relisez les Écritures du manuel. Prenez le temps de méditer à ce que vous apprenez. N'hésitez pas à noter vos impressions.



**S'ENGAGER** 3 à 5 minutes

## COMMENT VAIS-JE PROGRESSER AU QUOTIDIEN ?

**Lire** : Chaque semaine, nous choisirons un « partenaire d'action ». Il s'agit d'un membre du groupe qui nous aidera à tenir nos engagements. Les partenaires d'action doivent se contacter pendant la semaine et se faire mutuellement rapport de leurs progrès. En général, ils sont de même sexe et ne sont pas membres de la même famille.

**S'exercer** : Choisissez votre partenaire d'action. Décidez d'une heure et d'un moyen de contact.

**Lisez à haute voix chaque engagement à votre partenaire d'action. Promettez de tenir vos engagements !**

## Comment faire le compte-rendu de mes progrès ?

**Regarder** : La vidéo « Action et engagement » (première semaine seulement)

**Lire** : Lorsque nous faisons un rapport de nos engagements, nous sommes plus susceptibles de les respecter. Le Président Monson a dit : « Lorsque l'on mesure les réalisations, elles s'améliorent. Lorsque l'on mesure les réalisations et qu'on en fait rapport, la vitesse de l'amélioration s'accélère. »

**S'exercer** : Avant la prochaine réunion, utilisez la grille d'engagement pour noter votre progression. Écrivez « Oui », « Non » ou le nombre de fois que vous avez tenu cet engagement.

**Lire** : Lors de notre prochaine réunion de groupe, l'animateur dessinera au tableau une grille d'engagement. Quand nous arriverons, nous y écrirons notre progression.