

# Engagement Familial pour la Non Violence

Faire la paix, cela doit commencer entre nous et dans nos familles. Chacun de nous membres de la famille \_\_\_\_\_ s'engage autant qu'il le peut à devenir non violent et à être des faiseurs de paix:

## Se Respecter Soi Même et les Autres

Me respecter moi-même, avoir un regard positif sur les autres et éviter la critique qui discrédite, les mots de haine, les agressions physiques et les comportements auto destructifs.

## Mieux Communiquer

Partager honnêtement mes sentiments, chercher les moyens sûrs pour exprimer ma colère et travailler à résoudre les problèmes de façon pacifique.

## Ecouter

Ecouter avec attention les uns les autres, surtout ceux qui ne sont pas d'accord avec moi, et considérer les sentiments et les besoins des autres plutôt qu'insister sur le fait d'avoir toujours raison.

## Pardonner

M'excuser et m'amender quand j'ai blessé quelqu'un, pardonner aux autres et se garder de tenir rancune.

## Respecter la Nature

Traiter avec respect et soin l'environnement et tout ce qui est vivant, y compris nos animaux domestiques.

## Se Distraire de Façon Créative

Choisir les distractions et les jouets qui soutiennent les valeurs familiales et éviter les distractions qui entraînent la violence en ayant l'air d'être attirantes, drôles ou acceptables.

## Etre Courageux

Pour défier la violence sous toutes ses formes chaque fois que je la rencontre, soit à la maison à l'école, au travail ou dans la communauté et me situer face à ceux qui sont injustement traités.

Ceci est notre engagement. Ce sont nos objectifs. Nous vérifierons nous-mêmes ce à quoi nous nous sommes engagés 1 fois par mois le \_\_\_\_\_ pour les 12 prochains mois, ainsi nous pourrons nous aider à devenir davantage des faiseurs de paix.

Que les membres de la famille s'y engageant veuillent bien signer ci-dessous:

_____	_____
_____	_____
_____	_____

*"Eliminer la violence, une famille à la fois, en commençant par nous-mêmes."*