

Noël chez les parents séparés

C'est le premier Noël que vos enfants vivent depuis la séparation. Évidemment, cela peut créer différentes émotions chez eux. Noël est une tradition familiale qui peut raviver la peine qu'ils ressentent. Vous souhaitez organiser un Noël parfait pour enlever la nostalgie? Pourquoi ne pas simplement créer de nouveaux souvenirs et vous rapprocher de vos jeunes. Les traditions peuvent changer pour s'adapter à votre nouvelle réalité.

Conseils pour un temps des fêtes magique



- Se préparer à l'avance avec votre ex-conjoint(e) pour trouver un terrain d'entente.
- Discuter du déroulement du temps des fêtes avec vos enfants, cela les rassurera.
- Les enfants en bas âge peuvent préparer une lettre pour le Père Noël chez maman et une pour chez papa. Il faut les rassurer; le Père Noël sait tout et il sait que papa et maman ont chacun leur maison !
- Créer de nouvelles traditions (faire une nouvelle recette de biscuits, écouter un film en pyjama le matin, etc.)
- Ne pas remplacer les moments vécus avec vos enfants par une montagne de cadeau. Le plus beau des cadeaux est de permettre à vos enfants de profiter de la fête de Noël avec les deux personnes qu'ils aiment le plus au monde (un Noël avec papa et un avec maman)
- Prenez un Noël à la fois, n'anticipez pas le prochain maintenant.
- Ne pas rester seul lorsque vous n'aurez pas vos enfants avec vous. Retrouver vos amis et votre famille . Bref, occupez-vous de vous, faites-vous plaisir!

<https://www.mamanpourlavie.com/rester-femme/psycho/8663-5-conseils-pour-le-premier-noel-apres-une-separation.shtml?page=3>

<http://www.canalvie.com/famille/vie-de-famille/defis-de-parents/noel-apres-separation-enfant-1.1012939>

<https://www.magicmaman.com/,parents-separes-pour-les-fetes-comment-gerer-les-fetes-seul-e-et-avec-les-enfants,3444177.asp>

<https://www.2houses.com/fr/blog/un-noel-heureux-chez-les-parents-separes/>

