

JEÛNE ET ÉCO-SPIRITUALITÉ

Semaine résidentielle



Programme

- Jeûne selon les 3 dimensions : solidarité, spiritualité et santé
- Jeûne selon la méthode Buchinger
- Début et rupture du jeûne sur place
- Préparation individuelle chez soi à partir d'un document
- Moments d'échanges en groupe
- Balades et randonnées accompagnées
- Exercices de respiration et Shibashi
- Temps pour soi
- Animation biblique, si souhaité entretien personnel
- Introduction à « l'écologie intégrale »
- Atelier découverte « Travail Qui Relie »

Toute personne adulte en bonne santé physique et psychique est bienvenue.

Soirée d'information (obligatoire)

Jeudi 30 septembre 2021 à 20h00 sur Zoom

**Du dimanche 24 au
samedi 30 octobre 2021**



Katrin Fabbri est thérapeute diplômée et biologiste. Elle pratique le jeûne depuis de nombreuses années et coordonne les groupes de jeûne en Carême de la Suisse romande.

Virgile Rochat est pasteur retraité. Au cours de divers ministères dont celui d'aumônier à l'Université et pasteur à la cathédrale de Lausanne. Il s'intéresse à la méditation, à la pratique du jeûne et à l'écologie.

Intervenant-e-s

Hélène Bourban est coordinatrice au Laboratoire de Transition intérieure de Pain pour le Prochain et Action de Carême. **Alain Viret** est théologien formateur au CCRFE (Centre Catholique Romand de Formation en Eglise).



du dimanche à 17h00 (accueil dès 16h30) au samedi à 17h00



870.-

- animation
- pension complète
- nuitées en chambre avec WC/douche sur le palier
- WC/douche privatifs, + 20.-/nuit



Inscription : jusqu'au 27 septembre sur www.cret-berard.ch/activites/
Confirmation de l'inscription après la soirée d'information et le paiement.