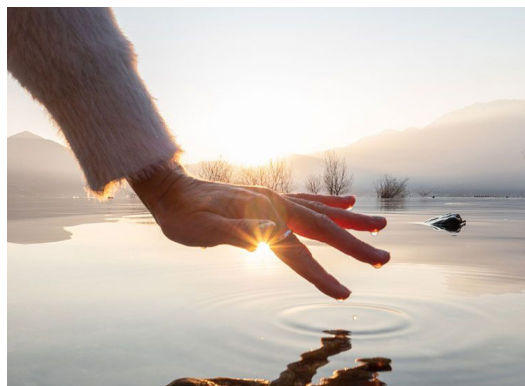


SEMAINE DE JEÛNE RÉSIDENTIEL

Introduction à l'écospiritualité



Comment agir sans attente ?

Le jeûne, comme clé de transition intérieure, ouvre et renforce l'engagement citoyen pour le Vivant.

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'échange 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 »

Soirée d'information (obligatoire)


Mercredi 28 septembre 2022 à 20h00

LABORATOIRE
DE TRANSITION
INTÉRIEURE




EPER
Pain pour
le prochain.

**Du vendredi 14 octobre
au jeudi 20 octobre 2022**

 **Katrin Fabbri** est naturopathe 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** (coordinatrice au Laboratoire de Transition intérieure d'Action de Carême et de l'EPER) et **Alain Viret** (théologien formateur au CCRFE, Centre Catholique Romand de Formation en Eglise).

 du vendredi à 17h00 (accueil dès 16h30) au jeudi à 17h00

 990.-

- animation
- pension complète (jus, tisanes, bouillons)
- nuitées en chambre avec WC/ douche privatifs (ou 870.- si vous choisissez une chambre avec WC/ douche sur le palier).

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

 **Inscription** jusqu'au dimanche 25 septembre sur www.cret-berard.ch/activites

Confirmation de l'inscription après la soirée d'information et le paiement de la semaine.