



2019 - 2020
**SESSIONS
 MÉDITATION ET
 RESSOURCEMENT
 SPIRITUEL**



Association Culturelle
 Protestante Evangélique
"Pays de Pasteur"



Les sessions "méditation et ressourcement spirituel" sont des temps mis à part pour la restauration intérieure.

Elles s'adressent à toute personne désireuse de vivre une meilleure connivence avec soi et avec les autres. Bien qu'il s'agisse avant tout d'un parcours personnel dans son for intérieur, nous aimerions vous proposer dans cette retraite, quelques clés pour faciliter cette démarche.

C'est ainsi l'expérience et la possibilité d'un renouveau intérieur que nous vous offrons dans un lieu propice à la méditation et au recueillement.

Lors de ces sessions, plusieurs temps (individuels, partagés, libres, dirigés...) vous seront proposés pour l'édification personnelle et communautaire. Les différents modules proposés, sont d'inspiration chrétienne, et trouvent leurs sources principalement dans les textes bibliques.

- Temps individuels et communautaires de méditation chrétienne guidée
- Écoute thérapeutique du texte biblique ; prière et partages
- Entretien pastoral et offices

Journée type :

Le Matin : module animé par Florian et Catherine

Après-midi : temps libre (balades, méditation, etc.)

Soir (après le repas) : dernier module de la journée

sessionressourcement@gmail.com
www.sessionressourcement.com

Maison de l'Espérance • 4 Rue de la Tuilerie, 39330
Mouchard - France

« La finalité est toujours la même : passer de la dispersion (des activités et des pensées, des préoccupations et des émotions) à la disponibilité (à soi et à Dieu, aux autres et au monde), en passant par l'apaisement du corps et du cœur. »

Shafique Keshavjee

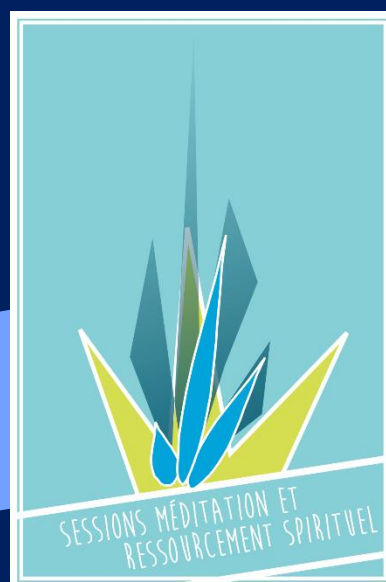
« Jésus leur dit : Venez à l'écart dans un lieu désert, et reposez-vous un peu. Car il y avait beaucoup d'allants et de venants... »

Évangile de Marc



Les sessions sont animées et encadrées par Florian et Catherine Rochat. Ils exercent leur ministère d'accompagnement spirituel et relationnel depuis plus de 30 années au service de leurs communautés et au-delà...

Arrivés depuis la Suisse où ils exerçaient déjà un ministère pastoral, ils se sont installés dans le Jura en 1991 pour travailler à l'installation d'une Communauté Évangélique.



Île de Lérins



Tarif normal 380€ TTC*

Tarif réduit 300€ TTC**

Prochaines dates : voir notre [site internet](#)

5 Jours & 4 nuits

Lieu de RDV : Port de Cannes

** Le coût comprend l'ensemble des frais de session (pension complète, animation de groupes et accompagnement spirituel) ainsi que les transferts par bateau entre Cannes et l'île.*

*** Pour les personnes à faibles revenus le prix peut être réduit à 300€ sur demande.*

L'archipel de Lérins, au large de Cannes, est formé de deux îles. La plus grande est l'île de Sainte-Marguerite, celle que l'on découvre la première à l'horizon. Derrière elle se cache l'île plus petite de Saint-Honorat où se situe l'Abbaye de Lérins.

L'hébergement : L'abbaye dispose de chambres individuelles avec lavabos et bloc sanitaire séparé et de chambres doubles avec salle de bain (prioritairement pour les couples, ou besoins particuliers). Une chambre pour des personnes en mobilité réduite est aussi disponible.

La table : Les repas se prennent au réfectoire de l'hôtellerie du monastère, en silence.

Activités pour tous : La balade dans les sentiers est fort agréable, on y admirera tant la végétation que les vestiges, rénovés ou intacts, des monuments.

Bon à savoir : La participation est possible à certains offices qui rythment la vie des moines. La coutume veut que les hôtes partagent concrètement la vie de cette partie du monastère. Attention, il n'y a pas de connexion Internet à l'hôtellerie, mais seulement le WiFi dans une zone restreinte.

Participants : pour toute personne en recherche et désireux de progresser spirituellement.



Alpes suisses



Tarif normal 330€ TTC*

Tarif réduit 250€ TTC**

Prochaines dates : voir notre [site internet](#)

4 Jours & 3 nuits

Lieu de RDV : Kandersteg

** Le coût comprend l'ensemble des frais de session (pension complète, animation de groupes et accompagnement spirituel).*

*** Pour les personnes à faibles revenus le prix peut être réduit à 250€ sur demande.*

Le magnifique chalet fut construit en 1907 par Marianne Jeannette Elisabeth dont le père, Nikolaus Simrock, était propriétaire de l'édition de musique berlinoise N. Simrock. Qui soutint de grands compositeurs comme Johannes Brahms.

L'hébergement : La maison dispose de 11 chambres avec un total de 42 lits. Les toilettes et les douches sont situées à chaque étage.

La table : Les repas seront entièrement confectionnés par un professionnel.

Activités pour tous : Des sentiers historiques empruntés depuis plusieurs siècles par les marchands et les voyageurs pour traverser les Alpes, sont à découvrir. Non loin du chalet se trouve le fameux lac Oeschinen avec son eau pure et transparente.

Bon à savoir : Nous nous retrouverons dans un chalet où nous serons seuls et libres d'organiser nos journées.

Participants : pour toute personne en recherche et désireux de progresser spirituellement.



Pays de Galles



Tarif normal 380€ TTC*

Tarif réduit 300€ TTC**

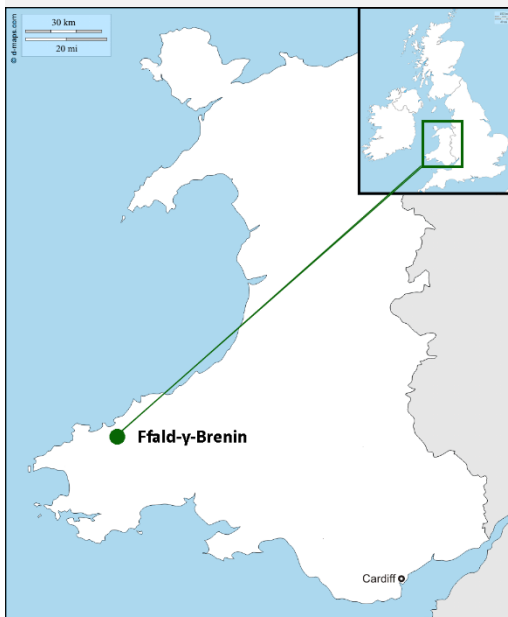
Prochaines dates : voir notre [site internet](#)

5 Jours & 4 nuits

Lieu de RDV : Aéroport de Bâle-Mulhouse

** Le coût comprend l'ensemble des frais de session (pension complète, animation de groupes et accompagnement spirituel) ainsi que les transferts en car de Bristol au lieu de la retraite.*

*** Pour les personnes à faibles revenus le prix peut être réduit à 300€ sur demande.*



Ffald-y-Brenin est un Centre de Retraite Chrétien situé au cœur du Parc National côtier du Pembrokeshire, au Pays de Galles, à environ 10km de la mer. C'est un lieu idéal pour prendre un temps à part.

La situation : isolé, à 1h40 de marche de Newport, au Pays de Galles.

L'hébergement : les visiteurs logent dans des chambres simples, doubles et des appartements.

La table : les repas seront assurés par une cuisinière.

Activités pour tous : Durant les heures libres, de nombreuses opportunités de balades sont possibles tout autour de la maison (admirer le magnifique jardin, se rendre à la croix, descendre au village, etc.). Il est aussi possible de se recueillir dans la belle petite chapelle ronde et participer au rythme de prière déjà en place, avec une liturgie qui laisse beaucoup de liberté au Saint Esprit. Vous aurez du temps pour lire et prier dans la pièce dédiée à la prière ; prendre une boisson chaude, faire un puzzle, dessiner, peindre, bricoler, être tranquille dans la pièce créative... Tout cela ne dépend que de vos envies !

Bon à savoir : C'est un territoire riche en faune et en flore sauvage, composé de landes et de cascades. De nombreuses promenades peuvent y être menées au travers de paysages variés. Des vues spectaculaires s'ouvrent à vos yeux depuis le sommet des collines.

Les croix celtiques antiques, les vieux puits et les chemins de pèlerinage (concentrés sur St. Davids) sont autant de témoignages du riche héritage du Christianisme.

Participants : pour toute personne en recherche et désireux de progresser spirituellement.