



DU 21 AU
28 MAI
À L'ARCHE DE
SAINT-
ANTOINE

LE JEÛNE

RESSOURCEMENT DU CORPS, DE
L'ÂME ET DE L'ESPRIT

RANDONNÉES YOGA MEDITATIONS PARTAGE

Nous vous invitons à venir vivre une semaine de jeûne (5 jours jeûnés et 2 jours de reprise) dans la maison communautaire de Saint-Antoine, dont la vocation est de vivre et de faire connaître la non-violence.

Ce temps sera vécu avec une groupe d'une petite dizaine de personnes, dans un esprit de partage, de convivialité et de soutien.

Pour accompagner le jeûne, nous proposons des temps de randonnée, mais aussi des temps de prières, méditation, yoga et relaxation.

Seront présents un réflexologue et des personnes formées à l'écoute.

Stage animé
par
Daphné
Cochet

De l'Arche

PÉDAGOGIE ET PENSION EN CHAMBRE
INDIVIDUELLE CONFORT : 600€