



Respiration

Une semaine de respiration,
Une semaine au calme, loin du train train quotidien,
Une semaine de simplicité,
Une semaine pour se poser,
Une semaine pour partager et rencontrer d'autres personnes,
Une semaine pour profiter du grand air,
Une semaine pour manger sainement,
Une semaine pour se laisser interpeller,
Une semaine pour méditer, faire silence, inspirer et respirer,
Une semaine en Centre de Rencontres et d'Hébergement de Nessonvaux,
Une semaine pour soi... pour reprendre son souffle.

La semaine « Respiration » est une semaine ouverte à tous et toutes qui a lieu chaque année début juin.

La semaine « Respiration » est une organisation du Centre Protestant de Nessonvaux en partenariat avec Françoise Nimal et Rémy Paquet pasteurs au sein de l'Eglise Protestante Unie de Belgique et du district de Liège.

Infos et réservation

Centre Protestant de Nessonvaux,
Carrefour de jeunes asbl
Rue Gomélevay 62 à 4870 Trooz

Tél 087 26 83 83
E-mail: cpnessonvaux@gmail.com
<http://www.cpnessonvaux.be>



En collaboration avec l'EPUB



RESPIRATION

Un temps pour soi
Une semaine au calme
Etre en marche, respirer, réfléchir
et retrouver son souffle.



DU LUNDI 3 AU VENDREDI 7 JUIN 2019

La semaine « Respiration » s'adresse aux personnes à partir de 18 ans, qui souhaitent venir seules ou en couple passer une semaine au calme pour reprendre leur souffle.

Les temps de méditations et de repas rythment la journée.

Ceux-ci sont encadrés par l'équipe du Centre ainsi que par Françoise Nimal et Rémy Paquet, pasteurs à l'Eglise Protestante Unie de Belgique. La figure du prophète Jonas nous servira de guide pour explorer les souffles qui portent notre vie.

- ◇ **temps d'inspiration:** lectures continue du Livre de Jonas, temps de silence, temps musical,
- ◇ **temps de prière:** temps de silence et musical,
- ◇ **temps d'expiration:** temps de silence, temps musical et échanges avec le groupe sur ce qui aura émergé tout au long de la journée.

Les autres temps sont « libres ».

La chapelle reste ouverte tout au long de la semaine ainsi que le jardin.

Si vous avez envie de partager un temps plus individuel avec un pasteur présent, vous pourrez le demander.

Il vous est loisible de participer à une balade seul(e) ou en groupe ainsi qu'à un temps de jeux de société en soirée.

Rythme de la journée

8:00-9:00: petit déjeuner

12:30: repas en commun

16:00 à 17:00: goûter en libre service

18:30: repas en commun

Les temps d'inspiration, de prières et d'expiration rythmeront le séjour en phase avec les participants.



Informations pratiques

Tarif :175€/pers/semaine

Sont compris dans le prix: le logement, les repas, les pauses, les draps de lit/bain, les temps de méditation et de balades organisés durant la semaine.

Inscription

Contactez le Centre Protestant de Nessonvaux
Au 087 26 83 83
ou par E-mail : cpnessonvaux@gmail.com
Au plus tard **pour le 20 mai 2019**

Maximum 20 participants

Le Centre se réserve le droit d'annuler l'organisation de la semaine s'il y a moins de 6 participants.

Accueil et installation

Le lundi entre 10h30 et 12h.

Départ

Le vendredi 7 juin après le repas de midi.

Fiche d'inscription à renvoyer au Centre Protestant de Nessonvaux avant le 25 mai 2019.

Nom et prénom:.....

Date de naissance:.....

Adresse.....

Numéro de téléphone.....

E-mail:.....

Informations pratiques:

Régime alimentaire spécifique ou allergies:

.....

.....

.....

