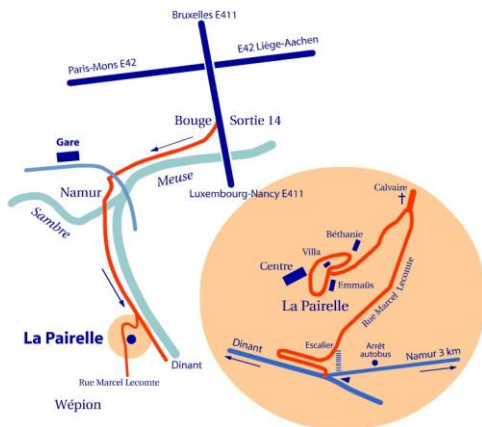


En bus : bus n°4 – Arrêt facultatif « La Pairelle »,
 Monter à pied la rue Marcel Lecomte (1km) jusqu'au calvaire :
 Suivre le panneau « Centre Spirituel ».
En taxi : De la gare de Namur : 5km.
En voiture : E411, sortie Bouge (n° 14).
 Traverser Namur en direction de Profondeville (N 92). A la sortie de Namur, monter à droite la rue Marcel Lecomte. A 1km, un panneau indique le Centre Spirituel.



Week-end

**Du V. 17 (18h) au D. 19 (17h)
 décembre 2021**

Se nourrir corps et âme

Bulletin d'inscription à renvoyer à :

Centre Spirituel–Secrétariat–25 rue Marcel Lecomte–5100 Wépion
 Tél. : 081 468 111 - Fax : 081/468 118 - secretariat@lapairelle.be – www.lapairelle.be

Se nourrir corps et âme

Mme/ M/ Mlle / Sr / P. (entourez la mention utile)

Prénom Nom

ProfessionCongrégation :.....

Adresse

Code postal Ville

Date de Naissance

Téléphone E-mail

Date et Signature

Désirez-vous être inscrits à notre liste d'abonnés et être informés de nos offres et activités ? OUI Non

Prix: 160,00€ (140,00 € pour étudiants et pers. en recherche d'emploi).
 En cas de difficulté financière, contactez-nous.
 L'inscription est prise en compte lorsque l'acompte sera versé. Le solde devra être versé au plus tard le 14 octobre . Nous vous transmettrons les informations à l'inscription.



Animatrices :
Martine Henao et Françoise Rassart

Nourrir son corps

Manger avec ses 5 sens
Contempler en profondeur un aliment
Demander à notre corps ce dont il a besoin
Les différents types de faims
Qui a faim en moi ?
Faim et envie de manger

Nourrir son âme

Genèse : le don de nourriture illimité ?
Exode : la manne, une nourriture pour la liberté ?
Notre Père, donne-nous le pain de ce jour
Donnez-leur vous-même à manger

L'objectif de ce week-end

est de découvrir les liens
entre notre façon de manger
et notre vie spirituelle

Moyens :

Nous alternerons
des exposés sur la parole de Dieu avec
des exercices de méditations en pleine conscience
en lien avec la nourriture, avant, pendant les repas,
des temps personnels de silence,
des temps de partage,
le Repas Eucharistique.

Un questionnaire confidentiel vous sera envoyé
pour nous permettre d'adapter ce week-end à vos
expériences antérieures et vos attentes

Animatrices :

Martine Henao, linguiste, bibliste, auteure du livre « se nourrir corps et âme »

Françoise Rassart, formatrice en pleine conscience

Illustration : couverture du livre de Martine Henao « se nourrir corps et âme »
éd médiaspaul, 2019

Le Centre Spirituel ignatien « **La Pairelle** » animé par des jésuites, des religieuses et des laïcs, propose un large éventail d'activités pour jeunes et adultes : retraites individuelles et de groupes selon les Exercices Spirituels de Saint Ignace, sessions sur des sujets d'actualité, cycles de formation sur le discernement et l'accompagnement spirituel.

CSI La Pairelle ASBL, éd. resp. Etienne Vandeputte,