

## Week end avec André Lemoine

Le 1<sup>er</sup> week end de chaque mois, du Samedi 10 heures au Dimanche 17 heures.

Possibilité de loger sur place (c'est recommandé).

Prix sous forme de don libre avec un minimum de 50 Euros.

Les repas sont fait en commun avec l'apport de chacun.

-----

## Séances de groupe

Séances de groupe, le troisième Mardi de chaque mois, le soir à partir de 18 heures. A 20 heures, repas en commun avec l'apport de chacun. A 21 heures, méditation.

Possibilité de passer la nuit dans le gîte.

Prix sous forme de don libre avec un minimum de 10 Euros + éventuellement 10 Euros pour la nuit.

-----

## Séjour au gîte « Terre et Soleil »

Toute l'année, des séjours à la carte, seul ou en famille, de 1 jour à une semaine dans ce cadre entouré de nature et de chemins de randonnée.

C'est un lieu propice pour faire le point sur votre vie, pour vivre un moment de retraite spirituelle ou dans un passage difficile personnel.

Tout le confort moderne est à votre disposition.

Vous pouvez combiner votre séjour avec des séances individuelles avec André Lemoine ou avec un week end.

Tarif gîte sous forme de don libre avec un minimum de 10 Euros par jour et par personne.

# Programme week end "Terre et Soleil"

(le 1<sup>er</sup> week end de chaque mois)

## Samedi

10 h à 10 h 30 - méditation

11 h à 12 h 30 - réunion - questions-réponses

13 h - repas

15 h - travail pour collectivité (cuisine, entretien, bricolage, jardinage)

*C'est un moment de pratique, essentiel dans notre chemin intérieur.*

17 h - goûter

18 h à 19 h 30 - réunion - questions essentielles, psychologiques ou spirituelles

20 h - repas

21 h - méditation

## Dimanche

8 h à 8 h 30 - méditation

9 h à 9 h 30 - pratique corporelle (ou avant la méditation de 8 h de façon libre et spontanée) - indispensable pour intégrer les changements dans son corps.

10 h - temps libre (promenade, écriture, lecture, vidéos, etc.)

11h à 12 h 30 - réunion - confrontation de nos vies intérieures, questionnements sur la voie proposée à "Terre et Soleil"

13 h repas

13 h 30 à 14 h 30 - temps libre (sieste, promenade, lecture, vidéos, etc.)

14 h 30 - nettoyage, rangement

15 h réunion (témoignages d'expériences nouvelles, éclaircissements, ultimes questions)

17 h fin