

# SEMAINE DE JEÛNE RÉSIDENTIEL

## Jeûner ensemble et promouvoir le droit à l'alimentation



### PROGRAMME

- Jeûne encadré selon la méthode du Dr. Otto Buchinger
- Préparation selon document de référence chez soi
- Début et rupture du jeûne en groupe
- Balades et randonnées en plein air
- Eveil corporel et gym douce
- Conférences sur le jeûne et ses trois dimensions
- Animation biblique et spirituelle
- Temps pour soi, la prière, la méditation intérieure et l'introspection
- Temps d'échanges et de partage en groupe

La descente alimentaire s'effectue avant la semaine par chaque participant individuellement. Ce stage s'adresse à des personnes n'étant ni malades ni sous traitement médical. Plus d'infos à l'inscription.

Du samedi 30 mars au  
samedi 6 avril 2019

**Animatrice : Petra Kummer**, accompagnatrice jeûne et randonnée vous guide avec attention et bienveillance tout au long de cette semaine.

**Intervenants : Alain Monnard**, pasteur résident de Crêt-Bérard et **Michel Maxime Egger**, écothéologien, responsable du Laboratoire de Transition intérieure à Pain pour le Prochain. **Marc Dechêne**, formateur en permaculture / usages des plantes sauvages.

**Activité résidentielle : 756.-** en chambre individuelle et WC/douche sur le palier. 896.- en chambre individuelle avec WC/douche intégré. L'animation et la pension complète sont comprises dans ces prix.

**Horaire : du samedi 17h au samedi suivant vers 10h00.**

**Soirée d'information / Inscription**

**Date : lundi 18.02.2019 à 19 heures**

**Lieu : Alliance Sud, Avenue de Cour 1 1007 Lausanne (Métro Délices)**

**Information / inscription pour la semaine : Tél : 079 842 27 05 ou jeuner@cret-berard.ch**

