


Planning de la semaine

SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	
	8h30-9h00 Moment d'échange ainsi que jus frais, citrons, tisane et jus dilués selon les cures					8h30-9h00 Pesée et livres	
	9h-9h45 Eveil corporel / Méditation					9h00-9h30 Tour de parole	
	10h00-12h00 Marche avec retour intermédiaire	10h00-13h30/45 Rando- découverte surprise		10h00-12h00 Marche avec retour intermédiaire	10h00-13h30/45 Rando- découverte surprise	10h00-13h30/45 Rando- découverte surprise	11h00 C'est la fête! Repas de reprise
	A partir de 16h Accueil, entretiens individuels, installation					Temps libre	Temps libre
16h30-17h30 Atelier		16h30-17h30 Atelier	16h30-17h30 Atelier				
18h00	Moment de convivialité et de partage ainsi que jus frais et bouillon selon les cures					18h00	
Réunion d'accueil	Conférence thématique	Conférence thématique	Conférence thématique	Conférence thématique	Conférence thématique		

Les thèmes des ateliers et conférences vous seront communiqués lors de la réunion du samedi soir

Temps libre: Propice à la détente, à la découverte de la région, accès libre à l'espace marin, soins et consultations.

Fin des conférences du soir entre 19h30 et 20h30 selon les sujets