



SAINTE-HUGUES
centre spirituel

2019-2020

ACCOMPAGNEMENT INTÉRIORITÉ
IGNATIEN SPIRITUALITÉ, FAMILLE
SILENCE PRIÈRE
FRATERNEL PROFONDEUR NATURE
ACCUEIL SERVICE PAROLE ÉCOUTE
EXERCICES SPIRITUELS HAUTEUR MAISON
PAIX SOURCE MONTAGNE
CONTEMPLATION, RESSOURCEMENT
BEAUTÉ OUVERTURE
SIMPLICITÉ CROISSANCE



LA MISSION DE SAINT-HUGUES

LE CENTRE SPIRITUEL SAINT-HUGUES est un lieu de ressourcement et d'accompagnement spirituel, confié à la Communauté de Vie Chrétienne (CVX), animé par des laïcs et des religieux ignatiens, et qui se veut au service d'une Église ouverte à tous.

> NOTRE MISSION

Suivre le Christ, en cultivant et en partageant un trésor : les Exercices spirituels de saint Ignace. Pour ce faire, nous misons sur :

- L'accueil, simple et fraternel
- Des retraites et activités spirituelles
- L'accompagnement et l'écoute
- La formation

> NOS FORCES

- La vie communautaire
- La célébration (prière quotidienne, messes, assemblées)
- L'écoute, la simplicité
- Le ressourcement, le silence, l'intériorité
- Les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola

> NOTRE AMBITION

Répondre à la vocation d'accompagnement spirituel de la Communauté de vie chrétienne ; renforcer les collaborations avec l'Église, la famille ignatienne et d'autres mouvements ; conduire une gestion sobre pour favoriser l'accès du Centre au plus grand nombre.

Extrait du projet apostolique



SOMMAIRE 2019 - 2020

UNE JOURNÉE À SAINT-HUGUES	6
WEEK-END DE RESSOURCEMENT	10
RETRAITES POUR TOUS	13
RETRAITES POUR ALLER PLUS LOIN	17
RETRAITES AUTREMENT	20
RETRAITES POUR JEUNES ADULTES	24
RETRAITES EN MONTAGNE	28
FORMATIONS SPIRITUELLES	32
ÉTAPES DE VIE	36
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL	42
BÉNÉVOLAT	47
CVX et partenaires	50
Les centres spirituels ignatiens	51
Renseignements pratiques	52
Accès à Saint-Hugues	53
<hr/> CALENDRIER	<hr/> 54

UNE JOURNÉE À SAINT-HUGUES



UNE JOURNÉE À SAINT-HUGUES

JOURNÉE OASIS

Une journée pour retrouver la source intérieure et s'y désaltérer.

➤ Danielle Allamanno, Marie-Pierre Brière,
Marie-Paule Girard, Marie-Irène Martins

1 jour

le lundi de 9h30 à 16h
7 octobre, 4 novembre,
2 décembre 2019
6 janvier, 3 février, 9 mars,
6 avril, 4 mai, 8 juin 2020

PÈLERIN DU VENDREDI

Une journée de ressourcement en montagne une fois par mois pour contempler, partager, louer.
Environ 4h de marche sur 500 à 600 m de dénivelé.

➤ Bernadette Valence et Benoît Jobard, cvx

1 jour

le vendredi de 8h45 à 17h
20 septembre, 18 octobre,
22 novembre 2019
17 janvier, 14 février, 20 mars,
17 avril, 15 mai, 19 juin 2020

UNE JOURNÉE POUR SOI

1 demi journée à 1 journée

Un temps pour soi, un temps pour Dieu.

Une formule très libre pour se poser, se ressourcer à Saint-Hugues : une journée ou une demi-journée tous les mercredis, jeudis et vendredis hors vacances scolaires. Régulièrement ou ponctuellement. Possibilité de participer aux offices : prière du matin de 8h45 à 9h et eucharistie de 18h20 à 19h. Possibilité d'un temps d'écoute ou d'accompagnement. Profiter du parc, des oratoires, de la bibliothèque. Venir avec son pique-nique ou prendre le repas à Saint-Hugues à réserver à l'avance. Possibilité d'avoir une chambre à la journée.

➤ accueil@sainthugues.fr ou 04 76 90 35 97

Soirée

RENCONTRE LAUDATO SI

Dans la dynamique de l'encyclique « Laudato Si' » est né un groupe d'échange et de réflexion ouvert à tous. S'encourager, se stimuler, partager nos expériences concrètes de changement pour une vie plus respectueuse de la création et approfondir le sens spirituel de cette conversion écologique. Soirées indépendantes.

➤ Jean-Louis Girard, cvx, Jean-Jacques Brun, écologue,
Elizabeth Debeunne, Bénédicte et Patrick Boisseau

le vendredi de 20h15 à 22h30
4 octobre, 6 décembre 2019
31 janvier, 27 mars, 15 mai 2020



PRIER AVEC LES SAISONS

Saint-Hugues accueille dans son programme Marie-Laure Choplin. 4 rencontres dans l'année, 1 par saison, pour prier à partir de textes bibliques.

Renseignements et inscriptions :
par mail marielaure.choplin@gmail.com
ou <https://marielaurechoplin.wordpress.com/prier-et-creeravec-les-saisons/>

Matinée

le samedi de 9h30 à 12h
5 octobre, 7 décembre 2019
7 mars, 13 juin 2020

➤ [Marie-Laure Choplin](#)

ATELIER D'ÉCRITURE

Saint-Hugues accueille dans son programme Marie-Laure Choplin. Écrire à partir de phrases, de textes, de thèmes... issus de la Bible. Saisir ce fil de Parole pour s'aventurer en soi-même et naître à sa propre langue. Tout public, croyant ou non.

Renseignements et inscriptions :
par mail marielaure.choplin@gmail.com
ou <https://marielaurechoplin.wordpress.com/ateliersdecriture/>

Matinée

le vendredi et le samedi de 9h30 à 12h
11 et 12 octobre, 15 et 16 novembre,
13 et 14 décembre 2019,
10 et 11 janvier, 7 et 8 février,
13 et 14 mars, 3 et 4 avril 2020
20 juin 2020 (journée de 9h30 à 17h)

➤ [Marie-Laure Choplin](#)

MÉDITATION

Saint-Hugues accueille dans son programme Marie-Laure Choplin. Ensemble, nous nous asseyons dans le silence et nous y demeurons. Ainsi, très concrètement, nous nous déposons dans le présent, sans faux fuyant, ici, maintenant, en présence du Souffle. Nous nous offrons à sa rencontre et nous Le laissons faire avec nous.

Renseignements et inscriptions :
par mail marielaure.choplin@gmail.com
ou [http://marielaurechoplin.wordpress.com/meditation/](https://marielaurechoplin.wordpress.com/meditation/)

Après-midi

le vendredi de 14h à 15h30
11 octobre, 15 novembre,
13 décembre 2019
10 janvier, 7 février, 13 mars,
3 avril, 5 juin 2020

➤ [Marie-Laure Choplin](#)

PIEDS NUS VERS L'ESSENTIEL

Une journée pour cheminer vers la profondeur de l'être, à partir d'exercices de conscience corporelle basés sur les pieds et de méditation/prière silencieuse ou guidée. Un temps privilégié pour s'ancrer et s'abandonner au cœur du corps.

➤ [Véronique Denis, praticienne en Réflexologie plantaire et accompagnatrice spirituelle,](#)
[Michel Beulaguet, accompagnateur spirituel](#)

1 jour

de 9h30 à 17h
samedi 19 octobre 2019
dimanche 15 décembre 2019
dimanche 8 mars 2020
dimanche 14 juin 2020

DIMANCHE DE LA CRÉATION

1 jour

Portes ouvertes pour le mois de la Création. En famille, seul ou avec des amis, une journée pour vivre et célébrer ensemble la joie de la création, s'informer et apprendre à être acteur de la conversion écologique.

Au programme : exposés, ateliers, eucharistie autrement, pique-nique, exposition, parcours nature, découverte du jardin partagé, présentation du label Église verte de Saint-Hugues.

➤ [Groupe Laudato Si' de Saint-Hugues et association Graine de partage](#)

ÎFÉE DE LA FAMILLE IGNATIENNE

1 jour

À l'occasion de la saint François-Xavier, la famille ignatienne vous invite à une journée de réflexion et de partage.

Thème : sentir avec et dans l'Église.

➤ [La famille ignatienne](#)

PERMANENCE D'ÉCOUTE ET D'ACCOMPAGNEMENT

1 heure à 1 journée

Des personnes formées vous accueillent pour des entretiens ponctuels ou un accompagnement dans la durée. Sous le regard de Dieu et en toute confidentialité.

Tous les mercredis, jeudis et vendredis hors vacances scolaires entre 11h et 17h30.

Possibilité de rester toute la journée pour profiter du cadre et vivre un temps de recueillement. Prendre rendez-vous et réserver éventuellement votre repas.

➤ accueil@sainthugues.fr ou 04 76 90 35 97

MESSE AUTREMENT

1 heure

Dimanche à 11h
8 septembre, 13 octobre,
10 novembre, 8 décembre 2019
12 janvier, 9 février, 8 mars,
19 avril, 17 mai, 21 juin 2020

OSER ÊTRE SOI

Cf Développement personnel p 42

VIEILLIR C'EST VIVRE DANS LE TEMPS DE DIEU

Cf Etapes de vie p 36

PÈLERIN DU VENDREDI

Cf Retraites en montagne p 28

WEEK-END DE RESSOURCEMENT



10

WEEK-END DE RESSOURCEMENT

HALTE SPIRITUELLE

2 jours

2 jours de halte spirituelle pour se ressourcer et faire l'expérience de Dieu dans sa vie.

➤ Une équipe

du samedi 9h30 au dimanche 17h

21 - 22 septembre 2019

14 - 15 décembre 2019

18 - 19 janvier 2020

14 - 15 mars 2020

4 - 5 avril 2020

13 - 14 juin 2020

HALTE SPIRITUELLE AVEC LES RÉCITATIFS BIBLIQUES

2 jours

2 jours de halte spirituelle pour se poser devant Dieu et « sentir et goûter » sa Parole grâce aux récitatifs bibliques.

➤ Brigitte Van Dorpe

du samedi 5 octobre 9h30
au dim 6 octobre 2019 17h

CONTE ET BIBLE

2 jours

Goûter au plaisir de découvrir, ou de redécouvrir certains récits bibliques comme ceux de la nativité et quelques autres... Se former à l'art du conte.

➤ Catherine Rousseau, conteuse biblique

du samedi 30 novembre 9h30
au dim 1^{er} décembre 2019 17h

PRIÈRE IGNATIENNE ET MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

2 jours

La méditation de pleine conscience comme un chemin possible vers la prière... Découvrir une autre façon de se rendre présent au Seigneur.

➤ Nicole Gallière et Marie-Paule Girard, cvx

du samedi 9h30 au dimanche 16h
7 - 8 décembre 2019
21 - 22 mars 2020

ITINÉRAIRE DE PRIÈRE AVEC ETTY HILLESUM

2 jours

"Il y a en moi un puits très profond. Et dans ce puits, il y a Dieu. Parfois je parviens à l'atteindre. Mais plus souvent, des pierres et des gravats obstruent ce puits, et Dieu est enseveli." Etty Hillesum

➤ Régine Maire et Claire Le Poulichet, cvx
et association "Les amis d'Etty Hillesum"

du vendredi 7 février 18h30
au dimanche 9 février 2020 17h

11

CHANTER, C'EST PRIER DEUX FOIS

Un week-end pour chanter, prier, se détendre. S'adresse à toute personne pour qui le chant est une ouverture à Dieu.

➤ Maguelone Biot et Catherine Boillot, cvx

2 jours

du vendredi 15 mai 18h30
au dimanche 17 mai 2020 16h

BIBLE, JARDIN ET VIE INTÉRIEURE

Du jardin de Saint-Hugues à la vigne du Seigneur, quand la nature nous parle de Dieu et de l'homme.

➤ Isabelle Carlier, bibliote
Béatrice Jobart, cvx
et Danielle Allamano, cvx

2 jours

du samedi 20 juin 9h30
au dimanche 21 juin 2020 17h

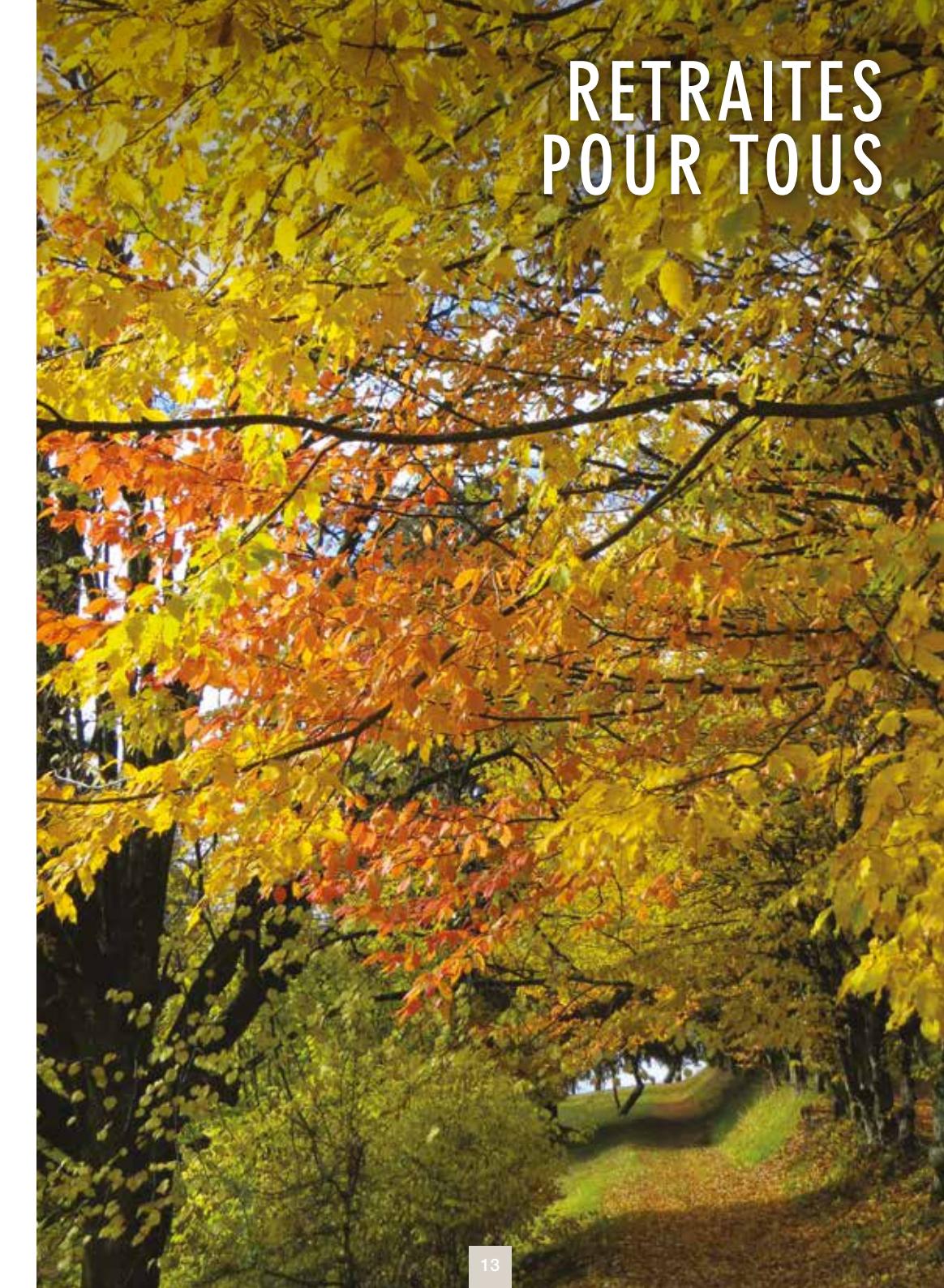


AGENDA SURBOOKÉ, QUELLES PRIORITÉS ?

Cf Formations spirituelles p 32

LES CHEMINS DU PARDON

Cf Développement personnel p 42



RETRAITES
POUR TOUS

ESPACE DE RETRAITE INDIVIDUELLE

Un temps de retraite spirituelle en silence pour prier, relire sa vie, se poser, avec le soutien d'un accompagnement individuel... Selon les Exercices spirituels de saint Ignace ou non.

➤ Une équipe d'accompagnateurs spirituels

de 18h30 à 9h

dim 1^{er} septembre - dim 8 septembre 2019

dim 29 septembre - dim 6 octobre 2019

dim 27 oct - dim 3 novembre 2019 (14h)

dim 1^{er} décembre - dim 8 décembre 2019

sam 28 déc 2019 - dim 5 janvier 2020

dim 5 janvier - dim 12 janvier 2020

dim 23 février - dim 1^{er} mars 2020

dim 1^{er} mars - dim 8 mars 2020

dim 5 avril - lun 13 avril 2020 (14h)

dim 26 avril - dim 3 mai 2020 (14h)

ven 29 mai - ven 5 juin 2020

dim 5 juillet - dim 12 juillet 2020

dim 9 août - dim 16 août 2020

dim 30 août - dim 6 septembre 2020

Durée libre

VIEILLIR, C'EST VIVRE DE COMMENCEMENT EN COMMENCEMENT

4 jours

Je vieillis, moi, mais ma relation à Dieu ne vieillit pas en moi.
4 jours de retraite pour nous laisser travailler par Dieu pour une nouvelle naissance, une nouvelle GENÈSE.

➤ Suzanne Moutin, sœur de saint François d'Assise,
formatrice en gériatrie

du lundi 9 septembre 18h30
au sam 14 septembre 2019 9h

REVIVRE PAR LE JEÛNE

8 jours

Pratiquer le jeûne et en recevoir tous les bienfaits. Mieux habiter son corps dans un climat spirituel, en groupe dans la détente et la convivialité.

➤ Brigitte Van Dorpe,
et un médecin

du lundi 21 octobre 18h30
au mercredi 30 octobre 2019 9h

INITIATION AUX EXERCICES SPIRITUELS POUR TOUS

3 jours

Trois jours de retraite pour découvrir les Exercices spirituels de saint Ignace.

➤ Monique Maréchal, sœur de la Providence de Ruillé-Sur-Loire et une équipe

du dimanche 27 octobre 16h
au mercredi 30 octobre 2019 16h

HALTE SPIRITUELLE AVEC LA TERRE DE MODELAGE

3 jours

3 jours de halte spirituelle pour se poser devant Dieu à travers la rencontre du matériau « terre », dans tous ses états.

➤ Brigitte Van Dorpe

du vendredi 1^{er} novembre 9h30
au dim 3 novembre 2019 17h



VIVRE NOËL ENSEMBLE AVEC LES MIGRANTS

3 jours

Vivre la joie de Noël dans l'accueil et l'ouverture à l'autre en partageant nos richesses et nos talents.

Ce temps de Noël est ouvert aux migrants envoyés par le secours catholique dans le cadre du partenariat de Saint-Hugues avec l'association solidarité Saint-Martin et aux personnes désireuses de vivre Noël ensemble, avec les migrants.

➤ Association solidarité Saint-Martin et Saint-Hugues

du dimanche 22 décembre 18h
au jeudi 26 décembre 2019 9h

VIVRE LES EXERCICES SPIRITUELS

5 ou 6 jours

de 18h30 à 9h

du dimanche 9 février au
dim 16 février 2020 - 6 jours

du dimanche 19 juillet au
sam 25 juillet 2020 - 5 jours

du dimanche 2 août au
sam 8 août 2020 - 5 jours

VIVRE LA SEMAINE SAINTE AVEC SAINT JEAN

7 jours

Un cheminement vers Pâques, au rythme de la liturgie et de la pédagogie de l'évangéliste. Nous laisser peu à peu conduire et transformer par le Christ jusqu'à la pleine révélation de Son amour et par Sa résurrection.

➤ Daniel Desouches, jésuite

du dimanche 5 avril 18h30
au dimanche 12 avril 2020 14h



RETRAITE POUR COUPLES

3 ou 4 jours à deux dans la tendresse et la miséricorde du Père. Fonder en Lui notre vie de couple.

➤ Monique Maréchal, sœur de la Providence de Ruillé-Sur-Loire et une équipe

3 ou 4 jours

du jeudi 30 avril 18h30
au dim 3 mai 2020 16h30

du mercredi 19 août 18h30
au dim 23 aout 2020 16h30

RÉSURRECTION : QUELS FRUITS POUR MA VIE ?

Contempler le mystère de la Résurrection au fil du temps pascal, de Pâques à la Pentecôte, avec l'évangéliste Jean. Accueillir les fruits de consolation et de vie de cette Bonne Nouvelle. Dialogues contemplatifs, enseignements, temps personnels de prière...

➤ Véronique Westerloppe, rédactrice en chef de la Revue Vie Chrétienne, cvx

SE LAISSE RENCONTRER PAR LE CHRIST

Contempler le Christ dans son humanité pour grandir en liberté intérieure à sa suite. Retraite donnée selon la pédagogie des Exercices spirituels de saint Ignace, en silence et en groupe.

➤ Martine de Chilly et Suzette Moreau

4 jours

du dimanche 10 mai 18h30
au vendredi 15 mai 2020 9h

5 jours

du dimanche 26 juillet 18h30
au samedi 1^{er} aout 2020 9h

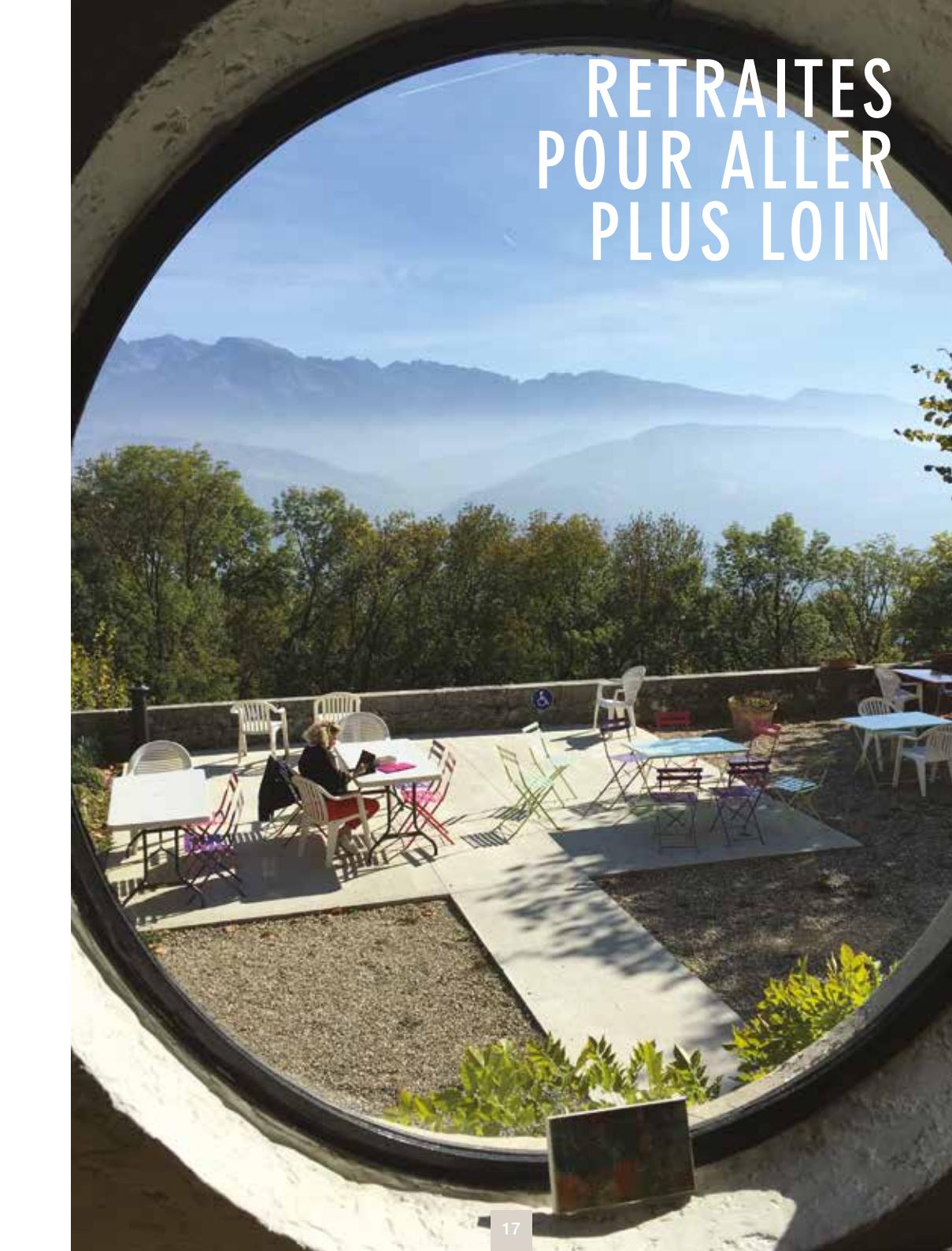
EXERCICES SPIRITUELS ET YOGA

RETRAITE PULSE À VIVRE EN FAMILLE

Cf Retraites autrement p 20

Cf Étapes de vie p 36

RETRAITES POUR ALLER PLUS LOIN



EXERCICES SPIRITUELS À LA CARTE

Pour vivre une expérience d'écoute, de prière, de discernement selon les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola.

Il est recommandé d'avoir déjà une expérience de retraite ignatienne du type initiation de 3 ou 5 jours. Lors de l'inscription, chaque retraitant détermine la durée souhaitée, en commençant au début de la période.

➤ Une équipe d'accompagnateurs spirituels



de 18h30 à 9h

dim 15 septembre - dim 22 septembre 2019
dim 20 octobre - dim 27 octobre 2019
dim 17 novembre - dim 24 novembre 2019
dim 19 janvier - dim 26 janvier 2020
dim 16 février - dim 23 février 2020
dim 15 mars - dim 22 mars 2020
dim 12 avril - dim 19 avril 2020
dim 19 avril - dim 26 avril 2020
dim 17 mai - dim 24 mai 2020 (14h)
dim 28 juin - dim 5 juillet 2020
dim 12 juillet - dim 19 juillet 2020
dim 26 juillet - dim 2 août 2020
dim 16 août - dim 23 août 2020
dim 23 août - dim 30 août 2020

3 jours minimum

AVANCE EN EAU PROFONDE

10 jours d'Exercices spirituels pour se laisser conduire davantage par Dieu, ordonner sa vie en profondeur et discerner à la lumière et à la suite du Christ.

Pour personnes ayant déjà vécu des retraites accompagnées individuellement selon les Exercices de 5 ou 8 jours.

➤ Une équipe d'accompagnateurs cvx

10 jours

du lundi 18h30 à vendredi 9h
7 - 18 octobre 2019
13 - 24 janvier 2020
4 - 15 mai 2020

EXERCICES SPIRITUELS EN 3 FOIS 10 JOURS

Vivre les 30 jours des Exercices spirituels de saint Ignace en trois périodes.

Pour des personnes qui ont une certaine expérience de la prière et de l'écoute de la Parole. Prendre contact avec la directrice.

➤ Daniel Desouches, jésuite
et Michel Le Poulichet, cvx

3 fois 10 jours

du lundi 18h30 à vendredi 9h
7 - 18 octobre 2019
13 - 24 janvier 2020
4 - 15 mai 2020

TRAJET D'ÉVANGÉLISATION DES PROFONDEURS

4 week-ends

Saint-Hugues accueille "Bethasda" qui propose à ceux qui le souhaitent un chemin de vérité sur leur histoire par l'Évangélisation de leurs profondeurs.

La Parole de Dieu, la réalité de l'incarnation et les apports des sciences humaines sont les repères sur ce chemin.

Cycle 2020

Renseignements et inscription auprès de l'association Bethasda : Dominique Cézariat - 14 chemin de chasse - 69600 - Oullins - sainthugues@bethasda.org

➤ Bethasda

du vendredi 20h
au dimanche 17h

27 - 29 mars 2020
5 - 7 juin 2020

25 - 27 septembre 2020
20 - 22 novembre 2020

30 jours

EXERCICES SPIRITUELS EN 30 JOURS

Vivre les 30 jours des Exercices spirituels de saint Ignace.

Pour des personnes qui ont une certaine expérience de la prière et de l'écoute de la Parole. Prendre contact avec la directrice.

➤ Daniel Desouches, jésuite
Michèle Vallée, cvx

du dimanche 19 avril 18h30
au mercredi 20 mai 2019 9h



RETRAITES AUTREMENT



RETRAITES AUTREMENT

ÊTRE PRÉSENT À LA PRÉSENCE : "UNE VOIX DE FIN SILENCE"

3 jours

3 jours pour se mettre à l'écoute du Vivant et « de sa voix de fin silence » (cf 1 Rois 19).

➤ Marie-Laure Choplín

du mercredi 16 octobre 9h30
au vendredi 18 octobre 17h30

GOÛTER ET SENTIR INTÉRIEUREMENT

3 jours

En partant de la pensée d'Ignace de Loyola : « Ce n'est pas d'en savoir beaucoup qui satisfait et rassasie l'âme, mais de sentir et goûter les choses intérieurement »... Vivre l'expérience pas à pas, chaque jour !

➤ Edith Mazoyer, cvx et une équipe

du lundi 18 novembre 14h
au vend 22 novembre 2019 14h

ÊTRE PRÉSENT À LA PRÉSENCE DANS LA VIE QUOTIDIENNE

3 jours

3 jours en début d'année pour habiter le cœur de sa vie quotidienne.

➤ Marie-Laure Choplín

du vendredi 24 janvier 9h30
au dim 26 janvier 2020 18h

DANSES EN CERCLE

3 jours

Les danses traditionnelles en cercle nous aident à faire du lien entre le quotidien et l'essentiel, entre le corps et la vie avec Dieu. Elles sont un chemin personnel mais aussi communautaire. Thème : la rencontre.

➤ Brigitte Van Dorpe

du lundi 27 janvier 9h30
au mercredi 29 janvier 2020 17h

JEÛNER, UNE EXPÉRIENCE SPIRITUELLE

8 jours

Jeûner pour se nourrir davantage de la Parole de Dieu. Retraite en silence, accompagnée selon les Exercices spirituels de saint Ignace.

➤ Brigitte Van Dorpe, un médecin et une équipe d'accompagnateurs

du vendredi 17 avril 18h30
au dimanche 26 avril 2020 9h

ARCABAS AU FIL DE L'ÉVANGILE

6 jours

Suivre Marie au fil de l'évangile de saint Luc en nous appuyant sur l'œuvre d'Arcabas. L'analyse des tableaux sera suivie d'indications pour prier. L'après-midi se répartira entre temps de prière et temps en atelier.

➤ Claire Chevrolle et une équipe

du dimanche 19 avril 18h30
au dimanche 26 avril 2020 9h

ART ET PRIÈRE

L'art sous toutes ses formes nous ouvre à l'accueil gratuit de l'invisible, à plus grand que nous. Ce week-end sera l'occasion de découvrir que l'art peut être chemin vers Dieu, un pont entre la réalité et le rêve, entre nos aspirations et, parfois, notre prière.

Ouvert aux artistes amateurs ou non, et à toute personne ayant une sensibilité artistique.

➤ Dominique Schnäbelé de l'atelier cvx art,
et une équipe

3 jours

du jeudi 21 mai 14h
au dimanche 24 mai 2020 15h

**AVEC NOS 5 SENS, MÉDITER, CONTEMPLER,
PRIER LA PAROLE DE DIEU**

Retraite ignatienne en silence. Avec l'aide de la méthode Vittoz, habiter notre intériorité au moyen de nos 5 sens, se rendre présent à soi et donc disponible à l'action de la Parole de Dieu en nous. Dieu vivant se donne à voir, à goûter, à respirer.

➤ Lorraine Content, psychologue thérapeute Vittoz, cvx
et une équipe d'accompagnateurs

5 jours

du dimanche 7 juin 18h30
au samedi 13 juin 2020 9h

RETRAITE PHOTO

Vous aimez prendre des photos ? Une retraite pour découvrir la photo autrement. Ouvrir son regard sur le monde qui nous entoure et découvrir une nouvelle façon de contempler la Parole, de faire résonner les scènes d'évangile avec notre vie quotidienne. La retraite s'appuie sur la pédagogie des Exercices spirituels de saint Ignace.

Public : photographe amateur. Être en bonne condition physique pour marcher en montagne.

➤ Claire Acker et Bénédicte Boisseau cvx
Guy Delage, jésuite

7 jours

du dimanche 21 juin 2020 18h30
au dimanche 28 juin 2020 9h

CHANTER POUR DIEU

Quatre jours de retraite qui allient le chant pratiqué seul et en groupe, la prière personnelle à partir de la Parole de Dieu, un accompagnement individuel et des temps de prière communautaire.

➤ Jacqueline Chaineaux, Cuc Ngo, Liliane Gouin, cvx

4 jours

du dimanche 12 juillet 18h30
au vendredi 17 juillet 2020 9h

**LA PAROLE ET LA TERRE**

6 jours

Retraite en groupe et en silence selon la pédagogie des Exercices spirituels. La terre du potier et la Parole de Dieu vont croiser leurs langages et façonner un chemin de vie.

➤ Brigitte Van Dorpe

du dimanche 12 juillet 18h30
au dimanche 19 juillet 2020 9h

QUAND LE CORPS DEVIENT PRIÈRE

6 jours

Vivre son corps comme lieu possible de la rencontre avec Dieu. Retraite en silence de 6 jours, en groupe, selon la pédagogie des Exercices spirituels.

➤ Brigitte Van Dorpe
et une équipe d'accompagnateurs

du dimanche 19 juillet 18h30
au dimanche 26 juillet 2020 9h

EXERCICES SPIRITUELS ET YOGA

5 jours

Faire l'expérience d'exercices corporels avec le yoga, de prière avec la Parole de Dieu, de silence et d'accompagnement. Un chemin pour s'ouvrir à la rencontre avec le Seigneur. Personne en forme physiquement.

➤ Claire guibert, professeur de yoga iyengar et cvx,
et une équipe

du dimanche 9 août 18h30
au samedi 15 août 2020 9h

CHANTER, C'EST PRIER DEUX FOIS

Cf Week-end de ressourcement p 10

CONTEMPLER LA CRÉATION EN MONTAGNE

Cf Retraites en montagne p 28

**ENNÉAGRAMME ET PARDON
SESSION-RETRAITE ENNÉAGRAMME**

Cf Développement personnel p 42

RETRAITES POUR JEUNES ADULTES



RETRAITES POUR JEUNES ADULTES

CHOIX DE VIE

10 jours

10 jours de retraite individuellement accompagnée pour tous ceux et celles qui sont proches d'une décision importante à prendre, un choix de vie (mariage, sacerdoce, vie consacrée...) ou une décision majeure pour la suite de leur existence (orientation professionnelle, vie affective...).

➤ Une équipe d'accompagnateurs

du lundi 18h30 à vendredi 9h
7 - 18 octobre 2019
13 - 24 janvier 2020
4 - 15 mai 2020

4 jours

LE NOUVEL AN DES JEUNES

Session de 4 jours pour se poser, déposer l'année écoulée, se reposer, et s'ouvrir à la nouvelle année qui vient. Cela dans la convivialité et la joie des nouvelles rencontres.
25-40 ans.

➤ Une équipe

du sam 28 décembre 2019 14h
au mer 1^{er} janvier 2020 15h

5 jours

CHEMINS DE NEIGE - JEUNES

Au rythme de la marche en raquettes et du ski de fond, "trouver Dieu en toutes choses". 25-40 ans.

➤ Piero Silva, accompagnateur cvx et une équipe

du dimanche 23 février 18h30
au samedi 29 février 2020 9h

7 jours

RÉVISER AUTREMENT

Préparer un concours ou un examen avec d'autres jeunes dans un cadre calme propice à la concentration.

➤ Fondacio et Saint-Hugues

du dimanche 18h30
au dimanche suivant 14h
23 février - 1^{er} mars 2020
19 - 26 avril 2020

4 jours

LE PRINTEMPS DE LA PAROLE

Un chemin guidé de lecture biblique dans la nature de la Chartreuse qui se réveille au printemps. Session-retraite conviviale et fraternelle, associant prière personnelle, marche et partage. 25-35 ans.

➤ Piero Silva, accompagnateur cvx et une équipe

du jeudi 21 mai 10h
au dimanche 24 mai 2020 14h



SESSION CHANT JEUNES : D'UNE VOIX / VOIE À L'AUTRE

Lorsqu'on chante en chorale, ce n'est pas seulement un enjeu de beauté qui se joue mais aussi une recherche de l'unité dans l'écoute de l'autre. Mettons-nous donc à l'écoute des autres et de Dieu pendant ces 5 jours afin de découvrir notre voix/voie. Que vous soyez un choriste assidu ou non, venez partager la joie du chant allié à une initiation à la pédagogie de saint Ignace pour avancer sur votre voie. 20-30 ans

➤ Juliette Royer, chef de chœur, Dominique Desbenoît, professeur de chant, Isabelle Olympieff, Chemin Ignatien

5 jours

du dimanche 5 juillet 18h30
au samedi 11 juillet 2020 9h

RETRAITES QUEYRAS 30-45 ANS

Un temps de marche en montagne dans des paysages splendides. 6 -7h par jour, 800 m de dénivelé. Un temps pour vivre une aventure spirituelle selon les Exercices spirituels avec un thème chaque jour en lien avec la montagne. Un temps pour échanger avec d'autres, être accompagné dans un chemin de foi.

➤ Christine Rogier, cvx et une équipe

6 jours

du samedi 18 juillet 18h
au samedi 25 juillet 2020 9h

6 jours

du dimanche 2 août 18h30
au dimanche 9 août 2020 9h

3, 5 ou 8 jours

du samedi 8 août 18h30
au lundi 17 août 2020 9h

6 jours

du dimanche 16 août 18h
au dimanche 23 août 2020 9h

PRIER MARCHER - JEUNES

Retraite spirituelle et contemplation au rythme de la marche sur les sentiers de moyenne montagne, majoritairement en silence. Hébergement à Saint-Hugues, en chambre individuelle. 4 à 5 heures de marche par jour sur 600 à 800 m de dénivelé. 25-40 ans.

➤ Piero Silva, accompagnateur cvx et une équipe

LES EXERCICES SPIRITUELS... TU VEUX ESSAYER ?

Expérimenter avec d'autres jeunes adultes les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola, sur 3 jours, 5 jours ou 8 jours au choix en commençant le 8 août 2020. Accompagnement personnalisé, topos et repères spirituels, célébrations, ateliers au choix. 18-35 ans.

➤ MAGIS, CVX, Saint-Hugues

SUIVRE L'ÉCOLE / LES COLS DU CHRIST À VÉLO

Retraite itinérante à vélo pour les 20-30 ans, de centres spirituels en abbayes, dans les Bauges et la Chartreuse (Abbaye de Tamié, Hautecombe etc...). Retraite accompagnée par des laïcs et un jésuite.

➤ Réseau MAGIS et Saint-Hugues
Anne-France Jeanjean, Virginie Duval, cvx et un jésuite

RETRAITES EN MONTAGNE



RETRAITES EN MONTAGNE

CHEMINER DANS LA NEIGE

Une semaine de ressourcement, de rencontres et de prière au rythme de la randonnée en raquettes. 4 à 5 h de marche par jour sur 400 à 600 m de dénivelé. Temps de partage et temps de silence.

➤ Une équipe

6 jours

du dimanche 18h30
au dimanche suivant 9h
26 janvier - 2 février 2020
9 - 16 février 2020
16 - 23 février 2020
23 février - 1^{er} mars 2020

CHEMINER EN CHARTREUSE

Retraite itinérante de 6 jours sous tente, en montagne, dans le massif de la Chartreuse. Retraite spirituelle en grande partie en silence. Marcheur confirmé, avec un gros sac à dos ! Tout âge, seul ou en couple, mais la retraite est individuelle.

➤ Catherine Gremaud
et une équipe

6 jours

du samedi 11 juillet 16h
au samedi 18 juillet 9h30

CONTEMPLER LA CRÉATION EN MONTAGNE

Marcher en montagne, prendre le temps de s'arrêter pour contempler la création, ouvrir tous ses sens à ce qui nous entoure, se laisser toucher par la nature et y découvrir la présence de Dieu, laisser résonner des textes bibliques sur la Création et entrer dans une nouvelle relation à la nature.

➤ Jean-Jacques Brun, écologue, Bénédicte Boisseau,
Jean-Louis et Marie-Paule Girard, cvx

6 jours

du dimanche 12 juillet 18h30
au dimanche 19 juillet 2020 9h

PRIER MARCHER INTERNATIONAL / INTERNATIONAL HIKING RETREAT

Une semaine de randonnée, fraternité et prière dans un contexte international. 5 à 6 heures de marche par jour. Pouvoir converser un minimum en anglais (partage en français ou anglais).

➤ Allard Kouwenhoven et une équipe

6 jours

du dimanche 28 juin 18h30
au dimanche 5 juillet 2020 9h

PRIER MARCHER PARTAGER

Une semaine de ressourcement, de rencontres et de prière au rythme de la marche sur les sentiers de moyenne montagne. 4 à 5 h de marche par jour sur 600 à 800 m de dénivelé. Temps de partage et temps de silence.

➤ Une équipe

6 jours

Du dimanche 18h30
au dimanche suivant 9h
19 - 26 juillet 2020
26 juillet - 2 août 2020
2 - 9 août 2020
23 - 30 août 2020

RETRAITES EN MONTAGNE



PRIER PÉDALER

Vous aimez le vélo et la montagne ? Pédaler autrement, partager des tranches de vie à la lumière de l'Évangile, construire la fraternité et vivre des bons moments de convivialité.

➤ Guy Delage, jésuite et une équipe

5 jours

du lundi 24 août 18h30
au dimanche 30 août 2020 9h

RETRAITE EN MONTAGNE

Retraite en silence au rythme de la randonnée en raquettes ou à pied, avec accompagnement spirituel individuel selon les Exercices spirituels de saint Ignace. 4 à 5 h de marche par jour sur 400 à 600 m de dénivelé l'hiver, et 600 à 800 m de dénivelé l'été.

➤ Une équipe

6 jours

du dimanche 18h30
au dimanche suivant 9h
1^{er} - 8 mars 2020
16 - 23 août 2020

RETRAITE EN MONTAGNE DANS LE QUEYRAS

Retraite en silence au rythme de la randonnée, en étoile autour d'un gîte en montagne, avec accompagnement spirituel individuel selon les Exercices spirituels de saint Ignace. 4 à 5h de marche par jour sur 600 à 800 m de dénivelé.

➤ Christine Rogier, cvx et une équipe

6 jours

du samedi 25 juillet 18h
au samedi 1^{er} août 2020 9h

RETRAITES EN MONTAGNE

6 jours

du dimanche 2 février 17h
au dimanche 9 février 2020 10h

RETRAITE EN MONTAGNE EN HAUTE MAURIENNE

Retraite en silence au rythme de la randonnée en raquettes, en étoile autour d'un gîte en montagne, avec accompagnement spirituel individuel selon les Exercices spirituels de saint Ignace. 4 à 5h de marche par jour sur 400 à 600 m de dénivelé.

➤ Edith Mazoyer, un jésuite et une équipe

6 jours

du dimanche 9 août 18h
au dimanche 16 août 2020 10h

RETRAITE EN MONTAGNE EN HAUTE MAURIENNE

Retraite en silence au rythme de la randonnée, en étoile autour d'un gîte en montagne, avec accompagnement spirituel individuel selon les Exercices spirituels de saint Ignace. 4 à 5h de marche par jour sur 600 à 800 m de dénivelé.

➤ Edith Mazoyer, un jésuite et une équipe

CHEMINS DE NEIGE - JEUNES
PRIER MARCHER - JEUNES
RETRAITE QUEYRAS 30-45 ANS
SUIVRE L'ÉCOLE / LES COLS DU CHRIST À VÉLO

Cf Retraites pour jeunes adultes p 24

PRIER, DIALOGUER, RANDONNER EN COUPLE DANS LE QUEYRAS
PRIER, DIALOGUER, RANDONNER EN COUPLE EN OISANS
RANDOS POUR SOLOS
CÉLIBATAIRE, ET APRÈS ?

Cf Étapes de vie p 36

CHEMINS DE NEIGE ET VIE PROFESSIONNELLE - JEUNES PRO
PRIER MARCHER ET VIE PROFESSIONNELLE

Cf Développement personnel p 42

FORMATIONS SPIRITUELLES



FORMATIONS SPIRITUELLES

L'ÉVEIL SPIRITUEL ET LA PROPOSITION DE LA FOI

3 journées

le samedi de 9h à 17h
5 octobre, 23 novembre,
14 décembre 2019

Quelle quête spirituelle dans le monde actuel ? Comment rejoindre ces nouveaux chercheurs de sens ? Les chemins proposés par Ignace et Thérèse d'Avila nous éclairent pour aujourd'hui.

Cycle de 3 journées indissociables destiné aux personnes en responsabilité pastorale, aux accompagnateurs spirituels et aux personnes en contact avec des chercheurs de sens.

➤ Léo Scherer, jésuite,
Isabelle Pot, coach,
Jean-Yves et Sylvie Blanc, cvx

PARCOURS DIOCÉSAIN DISCIPLES-MISSIONNAIRES

10 week-ends

du sam 14h30 au dim 16h30
12 - 13 octobre 2019
16 - 17 novembre 2019*
14 - 15 décembre 2019
11 - 12 janvier 2020
8 - 9 février 2020
14 - 15 mars 2020*
18 - 19 avril 2020
16 - 17 mai 2020
13 - 14 juin 2020

*Hors Saint-Hugues

➤ Service d'Évangélisation, diocèse de Grenoble-Vienne

PARDON ET PÉCHÉ DANS LES EXERCICES SPIRITUELS

2 fois 2 jours

Formations sur appel, destinées aux accompagnateurs spirituels de Saint-Hugues, du Chemin ignatien, des communautés locales CVX.

Deux propositions complémentaires, possibilité de participer à un seul des modules de deux jours.

Thème en octobre : pardon et péché dans l'Évangile et les Exercices.

Thème en mars : textes bibliques pour accompagner l'expérience du péché et de la miséricorde

Pour toute question, contacter la directrice :
benedicte.boisseau@sainthugues.fr

➤ Daniel Desouches, jésuite
et Isabelle Carlier, Bibliote, Centre Théologique de Meylan

de 9h30 à 17h

samedi 19 octobre
au dimanche 20 octobre 2019

mercredi 11 mars
au jeudi 12 mars 2020

FORMATIONS SPIRITUELLES

FORMATION DES ACCOMPAGNATEURS SPIRITUELS DE SAINT-HUGUES

Formation sur appel destinée aux accompagnateurs spirituels de Saint-Hugues.

Les thèmes abordés seront, prier de tout son être dans l'esprit d'Ignace, donner à prier un texte biblique.

La lecture spirituelle, dans la vie ou en retraite.

Pour toute question, contacter la directrice :
benedicte.boisseau@sainthugues.fr

➤ Daniel Desouches, jésuite, Danielle Devedu, sœur de la Compagnie Marie Notre-Dame, Marie-Cécile Verret et Michel Le Poulichet, cvx

2 journées et 1 matinée

le jeudi de 9h30 à 17h
7 novembre 2019
et 2 avril 2020

le jeudi de 9h30 à 12h30
4 juin 2020

AGENDA SURBOOKÉ, QUELLES PRIORITÉS ?

Vous subissez votre agenda et croulez sous les tâches à faire ? Vos priorités vitales ne le sont plus vraiment ? La vitesse, les échanges, le zapping du numérique vous déboussolent ? Votre recherche d'unité et d'énergie personnelle vous préoccupe ?

Notre manière de vivre notre temps montre nos attachements, libres ou non, nos espaces de liberté et dit beaucoup de notre vrai lien à nous-mêmes, aux autres et à Dieu.

➤ Daniel Desouches, jésuite
Marc Chanourdie et Jean-Denis Régnier, cvx

2 jours

du samedi 11 janvier 9h30
au dim 12 janvier 2020 17h

LA CONVERSATION SPIRITUELLE

Formation ouverte aux animateurs et aux accompagnateurs spirituels.

Le thème abordé sera : comment ouvrir la conversation à une dimension spirituelle dans nos rencontres ?

Pour toute question, contacter la directrice :
benedicte.boisseau@sainthugues.fr

➤ Remi de Maindreville, jésuite
et Marie-Cécile Verret, cvx

2 jours

du samedi 18 janvier 9h30
au dim 19 janvier 2020 17h

À LA DÉCOUVERTE DU SILENCE INTÉRIEUR

À la lumière des écrits de Maurice Zundel, de John Main, des Pères du désert, du pèlerin Russe, d'Etty Hillesum, nous découvrirons l'histoire, la signification et l'art du silence intérieur. Alternance de conférences et de temps de méditation chrétienne.

➤ Michel Fromager, anthropologue
Leila Tilouine

3 jours

du samedi 30 mai 9h30
au lundi 1^{er} juin 2020 17h

FORMATIONS SPIRITUELLES

REPÈRES POUR L'ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL

4 journées indépendantes ouvertes à toute personne désireuse de découvrir ou d'approfondir des fondamentaux pour l'accompagnement spirituel sous ses différentes formes.

Les thèmes abordés seront :

Les différentes manières de prier selon Ignace
Discerner un acte Créateur, fondements spirituels de la décision
Les images de Dieu
Liberté et volonté de Dieu

➤ Daniel Desouches, jésuite
Olivier d'Albignac, cvx et Chantal Micheilin, Chemin ignatien
Michel Kobik, jésuite
Thierry Anne, jésuite

1 jour

le samedi de 9h30 à 17h
25 janvier, 15 février, 21 mars,
16 mai 2020

L'ÉCOLOGIE INTÉGRALE DU PAPE FRANÇOIS : UNE BOUSSOLE POUR AGIR

3 jours

Dans son encyclique Laudato Si' le pape François nous invite à célébrer la beauté de la création comme un don mais aussi comme un chemin de conversion. Où en sommes-nous de notre regard sur la terre ? Quel est notre lien et en quoi pouvons-nous grandir dans cette juste présence à ce qui nous entoure ?

➤ Jean-Jacques Brun, écologue, Jean-Louis Girard et Bénédicte Boisseau, cvx. Elizabeth Debeunne

ACCOMPAGNER SELON LES DIFFÉRENTES TRADITIONS

4 jours

Dans le contexte culturel et ecclésial qui est le nôtre, l'accompagnement humain et spirituel comporte des enjeux nouveaux. Quelques figures de la tradition peuvent donner des points de repère, avec des accents différents selon les traditions spirituelles. Public : prêtres, laïcs et religieux (ses), en situation d'accompagnateurs spirituels.

➤ Léo Scherer, sj
Brigitte Wiel

du vendredi 1^{er} mai 9h30
au dimanche 3 mai 2020 17h

UNIVERSITÉ D'AUTOMNE DE LA CVX

3 jours

Saint-Hugues accueille l'Université d'automne de la cvx. Ouvert à tous. Thème : MIGRANTS osons la rencontre. Avec nos tensions, construisons l'avenir. Observer les diverses réalités des migrations, repérer nos tensions et nos interrogations, expérimenter la rencontre. Entendre des appels, faire des choix, prendre un chemin.

du samedi 9 novembre 10h
au lundi 11 novembre 2019 14h

ÉTAPES DE VIE



ÉTAPES DE VIE

EST-CE BIEN LUI ? EST-CE BIEN ELLE ?

2 jours

Sommes-nous faits l'un pour l'autre ?

Nous sommes ensemble depuis quelques mois, voire quelques années mais nous hésitons à nous engager. Deux jours pour faire le point sur notre histoire, accueillir nos différences et envisager l'avenir.

➤ Martine et Jacques de Chilly
Daniel Desouches, jésuite

du samedi 28 septembre 9h
au dim 29 septembre 2019 17h

PRÉPARONS NOTRE MARIAGE

2 jours

Vous avez décidé ou vous envisagez de vous marier à l'église et vous souhaitez prendre du temps pour donner à cet engagement toute sa profondeur quelle que soit votre foi.

Relire votre histoire, réfléchir ensemble au sens de votre vie à deux ; partager avec d'autres l'expérience humaine et spirituelle de votre amour.

➤ Une équipe de 2 couples et 1 prêtre

du vendredi 19h au dimanche 17h
11 - 13 octobre 2019
6 - 8 décembre 2019
31 janvier - 2 février 2020
13 - 15 mars 2020
15 - 17 mai 2020
12 - 14 juin 2020

UN COUPLE, ÇA SE CONSTRUIT

7 soirées

Saint-Hugues accueille "Alpha-Couple". Un ensemble de sept soirées pour tout couple, marié ou non, croyant ou non.

Dîner en tête-à-tête avec votre conjoint, partager des moments privilégiés et échanger à deux sur votre vie de couple, en toute intimité.

Renseignements et inscriptions : Sylvie et Thibault Champetier de Ribes 06 80 57 40 21 / alphacouple.gresivaudan@gmail.com

Soirée de présentation (sans engagement)
mardi 15 octobre 2019 à 20h30
à la salle paroissiale de Montbonnot

7 mardis de 19h30 à 22h30
de nov 2019 à février 2019

MA VIE AFFECTIVE, AVANCER EN CONFIANCE

4 jours

En couple ou célibataire, avec des questions sur l'engagement, la vie à deux, le mariage, la vie religieuse, en recherche : où en suis-je de ma vie affective ?

Échanger, me laisser interroger, prier, danser ensemble. Possibilité d'accompagnement psy ou spi. Pour 20 - 35 ans.

➤ Marie-Hélène Vernet, psychologue clinicienne, cvx
Anne-Claire et Christian Alessis, médecins, cvx
Thierry Anne, jésuite
Christine Barnerias, danse d'expression

du mercredi 30 octobre 18h
au dim 3 novembre 2019 14h

ACCOMPAGNER UN PROCHE DANS LE GRAND ÂGE

Par des approches psychologique, sociologique, éthique et spirituelle, comprendre ce qui se vit pour demeurer présent à soi et à l'autre. Saisir les enjeux, analyser les difficultés, trouver des points de repère pour se situer, dans le respect et la sollicitude et préserver le lien que la réalité peut mettre à mal.

Cycle de trois journées indissociables destinées aux personnes accompagnant un proche dans le grand âge à titre non professionnel (familles, amis...).

➤ Claire Pinet, Annie Mollier, Catherine Gucher et Brigitte Kern

3 journées

le vendredi de 9h30 à 17h30
**15 et 29 novembre,
13 décembre 2019**

OSONS PRENDRE DU TEMPS POUR NOTRE COUPLE

Saint-Hugues accueille "Vivre et Aimer". Parce que l'amour se construit tout au long de la vie, redonnons du peps à notre relation.

Renseignements auprès de Vivre et Aimer : www.vivre-et-aimer.org
Françoise et Alain Rousseau : 04 56 85 06 94 / inscription2.se@vivre-et-aimer.org

2 jours

**du ven 22 novembre 20h30
au dim 24 novembre 2019 18h**

RETRAITE PULSE À VIVRE EN FAMILLE

Saint-Hugues accueille "Pulse Couple".
Thème : la prière conjugale, un défi ? une respiration ?
Goûter, à deux, la prière dans la grâce du sacrement de mariage. Week-end organisé par des familles pour les familles. Pendant la retraite des parents, les enfants vivent une école de prière adaptée à leur âge.
Informations et inscriptions : www.retraites-pulse.fr/events/pulse-couples-a-st-hugues-de-biviers

➤ Marie-Anne et Vincent Lucas et une équipe

2 jours

**du vendredi 29 novembre 18h30
au dim 1^{er} décembre 2019 16h**

LA RETRAITE : UN REGARD NEUF SUR MA VIE... !

Le temps de la retraite : de nouveaux rythmes, de nouveaux appels, de nouveaux possibles.
Comment habiter ce temps et (re-)choisir la vie ?
Cycle de 3 journées qui forment un tout, animé par Fondacio.
Pour futurs et nouveaux retraités.

➤ Fondacio et Saint-Hugues

3 journées

de 9h à 17h30
**jeudi 12 décembre 2019
jeudi 16 janvier 2020
jeudi 6 février 2020**

AMOUR ET ENGAGEMENT

2 jours

**du vendredi 6 mars 20h30
au dim 8 mars 2020 17h30**

Saint-Hugues accueille la session "Amour et Engagement", proposée par l'association "Vivre et Aimer". Poser les fondations de votre couple, construire votre projet de vie à deux, communiquer pour une relation durable...
Renseignements auprès de Vivre et Aimer : <http://www.vivre-et-aimer.org>
Agnès et Alain BATS : inscription1.se@vivre-et-aimer.org / 04 50 67 30 67

1 journée

LA RETRAITE : UN NOUVEAU CAP POUR NOTRE COUPLE !

Chacun, dans le couple, arrive avec ses attentes, ses rêves et ses craintes pour la période de la retraite.

Comment aborder et habiter ce temps harmonieusement en couple et (re-) choisir la vie ?

➤ Fondacio et Saint-Hugues

de 9h à 17h30
jeudi 12 mars 2020



RETRAITE PULSE À VIVRE EN FAMILLE

Saint-Hugues accueille "Pulse".

Thème : découvrir les fondements de la prière chrétienne et goûter à la prière personnelle faite avec le cœur.

Comment enraciner ma prière quotidienne ? Qu'est-ce que l'oraison ? Ce week-end propose une école de prière qui rejoint chacun là où il en est.

Session organisée par des familles pour les familles. Pendant la retraite des parents, les enfants vivent aussi une école de prière adaptée à leur âge.

Informations et inscriptions : www.retraites-pulse.fr/events/pulse-couples-a-st-hugues-de-biviers

➤ Sébastien Coudroy, prêtre et une équipe

2 jours

du vendredi 20 mars 18h30
au dimanche 22 mars 2020 16h

VIEILLIR C'EST VIVRE DANS LE TEMPS DE DIEU

Vivre dans le temps de Dieu, c'est nous laisser ajuster à Dieu. Le temps a toujours été un problème dans nos vies : trouver le temps, avoir le temps. Peut-être allons-nous pouvoir enfin accueillir le temps, gratuitement, comme le temps de rendre grâce et de vivre en grâce.

➤ Suzanne Moutin, sœur de saint François d'Assise,
formatrice en gériatrie

1 jour

de 9h30 à 16h
mardi 24 mars 2020

AIMER MA VIE TELLE QU'ELLE EST : UN DÉFI !

Nos vies sont parfois imprévisibles et échappent à notre volonté. Comment percevoir les fruits, les cadeaux que la vie nous offre ?

➤ Catherine Granier, sœur Auxiliatrice
Christine Lefrou, cvx

4 jours

du jeudi 21 mai 9h30
au dimanche 24 mai 2020 17h

RANDO POUR SOLOS

3 jours de randonnées (dont une nuit en refuge) avec nombreux temps de réflexion, de prière et de partage autour du célibat et de sa fécondité.

Célibataires et solos chrétiens, 35-50 ans, bons marcheurs.

➤ Claire Lesegretain, journaliste
Philippe Perrin

3 jours

du vendredi 29 mai 18h30
au lundi 1^{er} juin 2020 17h



PRIER, DIALOGUER, RANDONNER EN COUPLE EN OISANS

5 jours

du lundi 20 juillet 18h
au samedi 25 juillet 2020 16h

PRIER, DIALOGUER, RANDONNER EN COUPLE DANS LE QUEYRAS

4 jours

du dimanche 2 août 15h
au jeudi 6 août 2020 15h

CÉLIBATAIRE, ET APRÈS ?

6 jours

du dimanche 9 août 18h
au dimanche 16 août 2020 10h

VIEILLIR, C'EST VIVRE DE COMMENCEMENT EN COMMENCEMENT RETRAITE POUR COUPLES

Cf Retraites pour tous p 13

UN SOUFFLE NOUVEAU POUR NOS ÉLANS DE VIE ! ENNÉAGRAMME POUR COUPLES

Cf Développement personnel p 42

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

LES COULEURS DU BONHEUR

1 jour ou 2 jours

vendredi 6 décembre 2019
de 9h30 à 18h

du samedi 30 mai 9h30
au dimanche 31 mai 2020 17h

➤ Anne-Laure Drouard Chanel, formatrice et coach

OUSER ÊTRE SOI

1 jour

Nous sommes invités à cultiver nos talents, mais ce n'est pas toujours simple à mettre en œuvre concrètement. À l'aide de la communication bienveillante, cette journée entend nous aider à mieux identifier ce qui peut dynamiser notre existence dans notre relation à nous-mêmes et aux autres au quotidien.

➤ Étienne Séguier, thérapeute et coach de vie

LES CHEMINS DU PARDON

2 jours

Avancer concrètement sur les chemins du pardon et mettre des mots sur nos maux.

➤ Marie Maquaire, consultante
en communication relationnelle

L'EXPRESSION CRÉATIVE, UN CHEMIN VERS SOI

5 jours

Créer pour habiter son cœur profond. Aucun prérequis n'est demandé pour vivre cette expérience. L'expression est première, elle est guidée. Un média artistique différent sera proposé chaque jour (peinture, collage, travail de l'argile, dessins méditatifs...).

➤ Francine Salmon, art thérapeute et Agnès Voisin

UN SOUFFLE NOUVEAU POUR NOS ÉLANS DE VIE !

3 jours

Nous avons tous plusieurs vocations, personnelles ou professionnelles, autant d'appels à être pleinement nous, dans nos différents rôles, en cohérence avec nos valeurs. Dans les mouvements de la vie, comment en prendre soin et les faire évoluer ?

➤ Sophie Froissart et Colette Gevers, cvx,
facilitatrices en intelligence collective
Edith Mazoyer, cvx

du dimanche 8 mars 18h30
au samedi 14 mars 2020 9h

du lundi 23 mars 9h30
au mercredi 25 mars 2020 18h

ENNÉAGRAMME

L'ENNÉAGRAMME propose de comprendre la passion qui vous anime, pour lui donner sa vraie place en la canalisant de manière positive dans la vie personnelle, sociale et professionnelle.

➤ Norbert Mallet, consultant et formateur

Module 1 :

Découvrir son type Ennéagramme.

2 jours

du samedi 9h au dimanche 17h
19 - 20 octobre 2019
14 - 15 décembre 2019
11 - 12 janvier 2020

Module 2 :

La dynamique des relations entre les types de l'ENNÉAGRAMME.

Pour les personnes ayant déjà suivi le Module 1.

**du samedi 1^{er} février 9h
 au dimanche 2 février 2020 17h**

Module 3 :

Découvrir son sous-type.

Pour les personnes ayant déjà suivi le Module 1.

**du samedi 4 avril 9h
 au dimanche 5 avril 2020 17h**

SESSION-RETRAITE ENNÉAGRAMME

Percer notre personnalité dominante pour rejoindre notre cœur profond, accéder à un chemin de vie et vivre une meilleure présence à soi, aux autres et à Dieu.

➤ Marie-Dolores Marco, sœur du Cénacle

4 jours

**du lundi 21 octobre 18h30
 au samedi 26 octobre 2019 9h**

ENNÉAGRAMME POUR COUPLES

Dialoguer en couple à partir de la connaissance de nos deux types et découvrir la richesse de la configuration de notre couple. Session ouverte aux couples ayant tous deux déjà suivi au moins une session et connaissant bien leur type et leur configuration (les 2 flèches et 2 ailes).

➤ Agnès et Jean-Luc Gosselin, formateurs
 énnéagramme, membres de "Vivre et Aimer"

2 jours

**du samedi 18 janvier 9h
 au dim 19 janvier 2020 17h**

ENNÉAGRAMME ET PARDON

Pardonner prend du temps. Le père Jean Monbourquette, prêtre québécois, a identifié 12 étapes, entre psychologie et spiritualité, pour vivre ce pardon. Chaque profil de l'ENNÉAGRAMME traverse différemment ces étapes.

Pour les personnes connaissant leur type.

➤ Étienne Séguier, thérapeute et coach de vie

1 jour

**de 9h30 à 17h30
 samedi 4 avril 2020**



BILAN DE COMPÉTENCE VOCATIONNEL

Relire sa vie et mieux se connaître pour trouver sa vocation professionnelle. Dans l'esprit de Saint Ignace, vivre une démarche structurée et intensive de bilan personnel et professionnel en groupe pour discerner sa vocation et définir un projet professionnel (ou d'engagement bénévole) réaliste, prenant en compte la personne dans sa globalité. Alternance de travail personnel et en groupe.

➤ Nathalie Arrighi, coach ignatienne, cvx

7 jours

**du samedi 18 janvier 9h30
 au jeudi 23 janvier 2020 16h30**

2 fois 4 jours

**du mardi 12 novembre 9h30
 au ven 15 novembre 2019 16h30**

**ET du mardi 14 janvier 9h30
 au ven 17 janvier 2020 16h30**

Pour les Jeunes Professionnels 25-40 ans :
 session intensive de 7 jours.

Pour tout public :
 Cycle de 2 sessions de 4 jours indissociables.

6 jours

CHEMINS DE NEIGE ET VIE PROFESSIONNELLE - JEUNES PRO

Vivre un temps de détente, de prière et de recul pour donner sens à sa vie professionnelle. Un travail de relecture de sa vie et d'identification des caractéristiques de sa personnalité, éclairé par l'écoute de la Parole de Dieu, permettra de repérer les caractéristiques principales de sa vocation et d'identifier des pistes pour la vivre dans un cadre professionnel. 25-40 ans.

➤ Dominique Arrighi, consultant, cvx
 et Delphine Bresson, coach et accompagnatrice montagne

**du dimanche 16 février 18h30
 au dimanche 23 février 2020 9h**

VIVRE EN INTELLIGENCE AVEC LE STRESS

On parle beaucoup du stress, mais de quoi s'agit-il exactement ? Est-il une fatalité ? Dans une prise de recul par rapport au quotidien, cette session de deux jours permettra de mieux comprendre les mécanismes du stress, d'apprendre à le repérer dans sa vie et de se donner des moyens concrets pour réagir à bon escient.

➤ Anne Truchet, formatrice et accompagnatrice, engagée à Fondacio

2 jours

du samedi 8 février 9h30
au dimanche 9 février 2020 17h

BURN OUT, COMMENT REBONDIR OU AIDER À REBONDIR ?

Épuisement professionnel, physique, psychique, émotionnel, perte de l'estime de soi, peur d'aller au travail, retentissement sur la vie familiale et affective... Autant de signes pouvant évoquer une situation de burn out avérée ou en « préparation ».

Cette session s'adresse à des personnes qui « n'en peuvent plus », veulent comprendre ce qui leur arrive et souhaitent trouver une nouvelle dynamique.

➤ Georges Cottin, jésuite,
et Barbara Walter, cvx

3 jours

du lundi 20 janvier 18h30
au vendredi 24 janvier 2020 à 9h

PRIER MARCHER ET VIE PROFESSIONNELLE

Nourris par la prière et régénérés par des marches en montagne, se donner le temps et les moyens d'aborder ses problématiques professionnelles : à l'aide d'une méthodologie structurée, un parcours sera proposé pour reprendre en main et redynamiser son devenir professionnel.

➤ Dominique Arrighi, consultant, cvx
et Delphine Bresson, coach

6 jours

du dimanche 23 août 18h30
au dimanche 30 août 2020 9h

BÉNÉVOLAT



AGENDA SURBOOKÉ, QUELLES PRIORITÉS ?

Cf Formations spirituelles p 32

AMAR Y SERVIR

Une semaine au service de la vie du centre, avec une proposition spirituelle adaptée, en groupe ou individuellement. Ménage, service à table et plonge. Bonne condition physique indispensable !

du dimanche 12h au dimanche suivant 16h

20 - 27 octobre 2019	5 - 12 juillet 2020
27 octobre - 3 novembre 2019	12 - 19 juillet 2020
28 décembre 2019 - 5 janvier 2020	19 - 26 juillet 2020 - Etty Hillesum
16 - 23 février 2020	26 juillet - 2 août 2020 - Chant
23 février - 1 ^{er} mars 2020	2 - 9 août 2020
1 ^{er} - 8 mars 2020	9 - 16 août 2020 - Jeunes
19 - 26 avril 2020	16 - 23 août 2020
28 juin - 5 juillet 2020	23 - 30 août 2020

8 jours



SERVIR ET CONSTRUIRE

Vous aimez bricoler, venez rejoindre les "mousquetaires" et nous aider à entretenir, embellir la maison dans une ambiance conviviale.

5 jours

du dim 22 sept 18h30
au sam 28 sept 2019 9h
du dim 14 juin 18h30
au dim 21 juin 2020 9h

SERVIR ET JARDINER

Vivre la semaine sainte au service à Saint-Hugues. Vous aimez le jardin et les espaces verts ! Alors venez rejoindre l'équipe et aider à entretenir et embellir le parc dans une ambiance conviviale.

8 jours

du dimanche 5 avril 17h
au lundi (de Pâques)
13 avril 2020 14h



FORMATION DES ANIMATEURS MONTAGNE

Cartographie, orientation, météo, conduite de groupe et gestes de premier secours. En salle et sur le terrain.

➤ Patrick Boisseau, diplômé FFME,
Gilles Boucharat animateur FFR Milieu
Montagnard Enneigé

2 jours

du samedi 27 juin 8h30
au dim 28 juin 2020 18h

LA COMMUNAUTÉ DE VIE CHRÉTIENNE

La Communauté de vie chrétienne (CVX) est mondiale. C'est une association catholique présente sur les cinq continents dans une soixantaine de pays. Nos membres sont des personnes (femmes et hommes, adultes et jeunes, de tous états de vie et conditions sociales) qui veulent marcher à la suite de Jésus-Christ et travailler à la construction d'un monde plus juste et fraternel.

Nous nous réunissons en petites équipes, les communautés locales, qui font partie de plus larges communautés, régionales et nationales. Avec la prière et le partage de nos quotidiens, toutes les trois semaines, nous nous aidons à découvrir comment Dieu parle à chacun. Comme Ignace de Loyola l'enseigne dans les Exercices spirituels, nous apprenons à prendre petites et grandes décisions en regardant la façon dont Jésus a lui-même agi.

Environ 800 communautés locales se retrouvent ainsi régulièrement dans 46 communautés régionales en France. Pour en savoir plus, vous pouvez contacter l'équipe au service de la Communauté régionale près de chez vous.



www.cvxfrance.com

PARTENARIATS

DANS LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



DANS LES PROPOSITIONS DU PROGRAMME



DANS LES PROJETS



LES CENTRES SPIRITUELS IGNATIENS

Centres spirituels :

Centre du Hautmont, CVX
Lille, 59
www.hautmont.org

Centre Saint-Hugues, CVX
Biviers, 38
www.sainthugues.fr

ND Web
www.ndweb.org

Centres jésuites :

La Pairelle
Namur, Belgique
www.lapairelle.be

Penboc'h
Arradon, 56
www.penboch.fr

Manrèse
Clamart, 92
www.manrese.com

Le Châtelard
Lyon, 69
www.chatelard-sj.org

Les Coteaux-Païs
Sud-Ouest, 31
www.coteaux-pais.net

Congrégations féminines :

Notre-Dame du Cénacle
Versailles, 78
www.ndcenacle.org

Prieuré Saint-Thomas
Épernon, 28
www.prieure-saint-thomas.fr

Centre Sophie-Barat
Joigny, 89
www.centre.barat.free.fr

Maison de prière Sainte-Ursule
Tours, 37
www.ursule-tours.cef.fr

Maison du Grand Pré
Chavanod, 74
www.maisondugrandpre.fr

Maison Saint-Joseph
Vanosc, 07
www.accueilstjoseph-vanosc.cef.fr

CHEMIN IGNATIEN

À Grenoble, le Chemin Ignatien propose :

- retraite des Exercices spirituels de saint Ignace dans la vie, en groupe
- parcours de croissance humaine et spirituelle
- retraite spirituelle de "deux mois" dans la vie
- retraites en paroisse à la demande
- accompagnement spirituel personnel

www.diocese-grenoble-vienne.fr/chemin_ignatien.htm



RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

INSCRIPTIONS

Inscriptions sur www.sainthugues.fr (frais d'inscription non remboursables)

PARTICIPATION AUX FRAIS

PENSION COMPLÈTE : 52 € par jour.

ANIMATION ET ACCOMPAGNEMENT : 15 € à 30 € par jour.

Prévoir un supplément pour certaines activités.

Si vous rencontrez des difficultés financières, n'hésitez pas à nous en parler.

Si vous pouvez soutenir Saint-Hugues en majorant ce tarif qui ne couvre pas nos frais réels, soyez vivement remerciés.

Si vous désirez faire un don pour participer aux gros investissements, nous vous enverrons un reçu fiscal.

DIVERS

APPORTER : draps (possibilité de location à 6€), linge de toilette, serviette de table, Bible, de quoi écrire, bonnes chaussures pour profiter du parc, tenue de détente et matériel convenant aux activités choisies.

UN ACCUEIL SIMPLE. Pendant votre séjour, vous serez invités à participer à la vie de la maison (mettre la table, la débarrasser, nettoyer la chambre en partant,...).

ARRIVÉE ET DÉPART. Les repas sont servis à 12h30 et à 19h. Nous ne pouvons décaler ces horaires. Aussi nous vous remercions de nous signaler tout changement d'horaires (arrivée ou départ) au moins 48h à l'avance.



ACCÈS À SAINT-HUGUES

• EN VOITURE :

GPS : Lat x Lon : 45.2355782, 5.7912924

Depuis Grenoble, Chambéry, Lyon ou Valence : sur l'autoroute A41 entre Grenoble et Chambéry, prendre la sortie 25. Monter vers Montbonnot-centre (environ 1 km). Puis direction Grenoble, traverser Montbonnot et prendre à droite le Chemin des Arriots (100 m après le commerce de presse). Suivre les flèches « Saint-Hugues ».

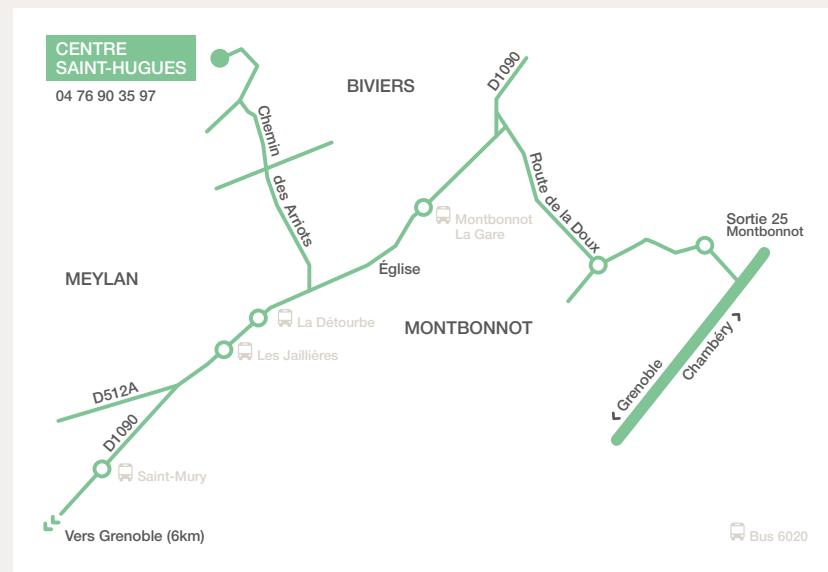
• EN BUS À PARTIR DE LA GARE DE GRENOBLE :

À la sortie de la gare SNCF, prendre le tram A direction "ECHIROLLES" jusqu'à l'arrêt "Place de Verdun-Préfecture", puis avec le même ticket prendre le bus 6020 direction "CROLLES". Descendre à l'arrêt "La Détourbe". Prévenir le centre de votre arrivée, nous irons vous chercher en voiture car Saint-Hugues est à 2 km de l'arrêt de bus.

Consulter les horaires sur : www.sainthugues.fr/acces-a-saint-hugues

• EN TAXI :

La seule solution après 20h.



CALENDRIER 2019-2020

	DATES	TITRE	DURÉE	PAGE
SEPTEMBRE 2019	Dim 1 - Dim 8	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
	Dim 8	Messe autrement	1 heure	9
	Lun 9 - Sam 14	Vieillir, c'est vivre de commencement en commencement	4 jours	14
	Dim 15	Dimanche de la Création	1 jour	9
	Dim 15 - Dim 22	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
	Ven 20	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
	Sam 21 - Dim 22	Halte spirituelle	2 jours	11
	Dim 22 - Sam 28	Servir et construire	5 jours	48
	Sam 28 - Dim 29	Est-ce bien lui ? Est-ce bien elle ?	2 jours	37
	Dim 29 - Dim 6	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
OCTOBRE	Ven 4	Rencontre Laudato Si'	Soirée	7
	Sam 5 - Dim 6	Halte spirituelle avec les récitatifs bibliques	2 jours	11
	Sam 5	L'éveil spirituel et la proposition de la foi	3 journées	33
	Sam 5	Oser être soi	1 jour	43
	Sam 5	Prier avec les saisons	Matinée	8
	Lun 7 - Ven 18	Avance en eau profonde	10 jours	18
	Lun 7 - Ven 18	Exercices spirituels en 3 fois 10 jours	3 fois 10 jours	18
	Lun 7 - Ven 18	Choix de vie	10 jours	25
	Lun 7	Journée oasis	1 jour	7
	Ven 11	Atelier d'écriture	Matinée	8
	Ven 11	Méditation	Après-Midi	8
	Ven 11 - Dim 13	Préparons notre mariage	2 jours	37
	Sam 12	Atelier d'écriture	Matinée	8
	Sam 12 - Dim 13	Parcours diocésain Disciples-Missionnaires	10 week-ends	33
	Dim 13	Messe autrement	1 heure	9
	Mar 15 - Mer 16	Formation des responsables de week-end à Saint-Hugues	2 jours	49
	Mar 15	Un couple, ça se construit	7 soirées	37
	Mer 16 - Ven 18	Être présent à la Présence : "Une voix de fin silence"	3 jours	21
	Ven 18	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
NOVEMBRE	Sam 19 - Dim 20	Ennéagramme - Module 1	2 jours	44
	Sam 19 - Dim 20	Pardon et Péché dans les Exercices spirituels	2 fois 2 jours	33
	Sam 19 - Dim 20	Pieds nus vers l'Essentiel	1 jour	8
	Dim 20 - Dim 27	Amar Y Servir	8 jours	48
	Dim 20 - Dim 27	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
	Lun 21 - Mer 30	Revivre par le jeûne	8 jours	14
	Lun 21 - Sam 26	Session-retraite Ennéagramme	4 jours	44
	Dim 27 - Dim 3	Amar Y Servir	8 jours	48
	Dim 27 - Dim 3	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
	Dim 27 - Mer 30	Initiation aux Exercices spirituels pour tous	3 jours	14
NOVEMBRE	Mer 30 - Dim 3	Ma vie affective, avancer en confiance	4 jours	37
	Ven 1 - Dim 3	Halte spirituelle avec la terre de modelage	3 jours	14
NOVEMBRE	Lun 4	Journée oasis	1 jour	7

DÉCEMBRE	Jeu 7	Formation des accompagnateurs spirituels de Saint-Hugues	2 journées et 1 matinée	34
	Sam 9 - Lun 11	Université d'automne de la CVX	3 jours	35
	Dim 10	Messe autrement	1 heure	9
	Mar 12 - Ven 15	Bilan de compétence vocationnel - Tout public	2 fois 4 jours	45
	Ven 15	Accompagner un proche dans le grand âge	3 journées	38
	Ven 15	Atelier d'écriture	Matinée	8
	Ven 15	Méditation	Après-Midi	8
	Sam 16	Atelier d'écriture	Matinée	8
	Dim 17 - Dim 24	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
	Lun 18 - Ven 22	Goûter et sentir intérieurement	3 jours	21
JANVIER 2020	Ven 22 - Dim 24	Osons prendre du temps pour notre couple	2 jours	38
	Ven 22	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
	Sam 23	L'éveil spirituel et la proposition de la foi	3 journées	33
	Sam 23 - Dim 24	Les chemins du pardon	2 jours	43
	Ven 29	Accompagner un proche dans le grand âge	3 journées	38
	Ven 29 - Dim 1	Retraite Pulse à vivre en famille	2 jours	38
	Sam 30 - Dim 1	Conte et Bible	2 jours	11
	Dim 1 - Dim 8	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
	Dim 1	Fête de la famille ignatienne	1 jour	9
	Lun 2	Journée oasis	1 jour	7
JANVIER 2020	Ven 6	Les couleurs du bonheur	1 jour	43
	Ven 6 - Dim 8	Préparons notre mariage	2 jours	37
	Ven 6	Rencontre Laudato Si	Soirée	7
	Sam 7	Prier avec les saisons	Matinée	8
	Sam 7 - Dim 8	Prière ignatienne et méditation de pleine conscience	2 jours	11
	Dim 8	Messe autrement	1 heure	9
	Jeu 12	La retraite : un regard neuf sur ma vie... !	3 journées	38
	Ven 13	Accompagner un proche dans le grand âge	3 journées	38
	Ven 13	Atelier d'écriture	Matinée	8
	Ven 13	Méditation	Après-Midi	8
	Sam 14	Atelier d'écriture	Matinée	8
	Sam 14 - Dim 15	Ennéagramme - Module 1	2 jours	44
	Sam 14 - Dim 15	Halte spirituelle	2 jours	11
	Sam 14	L'éveil spirituel et la proposition de la foi	3 journées	33
	Sam 14 - Dim 15	Parcours diocésain Disciples-Missionnaires	10 week-ends	33
	Dim 15	Pieds nus vers l'Essentiel	1 jour	8
	Dim 22 - Jeu 26	Vivre Noël ensemble avec les migrants	3 jours	15
JANVIER 2020	Sam 28 - Dim 5	Amar Y Servir	8 jours	48
	Sam 28 - Dim 5	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
	Sam 28 - Mer 1 ^{er}	Le nouvel an des jeunes	4 jours	25
	Dim 5 - Dim 12	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
	Lun 6	Journée oasis	1 jour	7
	Ven 10	Atelier d'écriture	Matinée	8
JANVIER 2020	Ven 10	Méditation	Après-Midi	8
	Sam 11 - Dim 12	Agenda surbooké, quelles priorités ?	2 jours	34
	Sam 11	Atelier d'écriture	Matinée	8

Sam 11 - Dim 12	Ennéagramme - Module 1	2 jours	44
Dim 12	Messe autrement	1 heure	9
Lun 13 - Ven 24	Avance en eau profonde	10 jours	18
Lun 13 - Ven 24	Exercices spirituels en 3 fois 10 jours	3 fois 10 jours	18
Lun 13 - Ven 24	Choix de vie	10 jours	25
Mar 14 - Ven 17	Bilan de compétence vocationnel - Tout public	2 fois 4 jours	45
Jeu 16	La retraite : un regard neuf sur ma vie... !	3 journées	38
Ven 17	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
Sam 18 - Jeu 23	Bilan de compétence vocationnel - Jeunes pro 25-40 ans	6 jours	45
Sam 18 - Dim 19	Ennéagramme pour couples	2 jours	44
Sam 18 - Dim 19	La conversation spirituelle	2 jours	34
Sam 18 - Dim 19	Halte spirituelle	2 jours	11
Dim 19 - Dim 26	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Lun 20 - Ven 24	Burn out, comment rebondir ou aider à rebondir ?	3 jours	46
Ven 24 - Dim 26	Être présent à la Présence dans la vie quotidienne	3 jours	21
Sam 25	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	35
Dim 26 - Dim 2	Cheminier dans la neige	6 jours	29
Lun 27 - Mer 29	Danses en cercle	3 jours	21
Ven 31 - Dim 2	Préparons notre mariage	2 jours	37
Ven 31	Rencontre Laudato Si'	Soirée	7
FEVRIER			
Sam 1 - Dim 2	Ennéagramme - Module 2	2 jours	44
Dim 2 - Dim 9	Retraite en montagne en Haute Maurienne	6 jours	31
Lun 3	Journée oasis	1 jour	7
Jeu 6	La retraite : un regard neuf sur ma vie... !	3 journées	38
Ven 7	Atelier d'écriture	Matinée	8
Ven 7 - Dim 9	Itinéraire de prière avec Etty Hillesum	2 jours	11
Ven 7	Méditation	Après-Midi	8
Sam 8	Atelier d'écriture	Matinée	8
Sam 8 - Dim 9	Vivre en intelligence avec le stress	2 jours	46
Dim 9 - Dim 16	Cheminier dans la neige	6 jours	29
Dim 9	Messe autrement	1 heure	9
Dim 9 - Dim 16	Vivre les Exercices spirituels	6 jours	15
Ven 14	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
Sam 15	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	35
Dim 16 - Dim 23	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 16 - Dim 23	Cheminier dans la neige	6 jours	29
Dim 16 - Dim 23	Chemins de neige et vie professionnelle Jeunes pro	6 jours	45
Dim 16 - Dim 23	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 23 - Dim 1	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 23 - Dim 1	Cheminier dans la neige	6 jours	29
Dim 23 - Sam 29	Chemins de neige - Jeunes	5 jours	25
Dim 23 - Dim 1	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
Dim 23 - Dim 1	Réviser autrement	7 jours	25
MARS			
Dim 1 - Dim 8	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 1 - Dim 8	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
Dim 1 - Dim 8	Retraite en montagne	6 jours	30
Ven 6 - Dim 8	Amour et engagement	2 jours	39

Sam 7	Prier avec les saisons	Matinée	8
Dim 8 - Sam 14	L'expression créative, un chemin vers soi	5 jours	43
Dim 8	Messe autrement	1 heure	9
Dim 8	Pieds nus vers l'Essentiel	1 jour	8
Lun 9	Journée oasis	1 jour	7
Mer 11 - Jeu 12	Pardon et Péché dans les Exercices spirituels	2 fois 2 jours	33
Jeu 12	La retraite : un nouveau cap pour notre couple !	1 journée	39
Ven 13	Atelier d'écriture	Matinée	8
Ven 13	Méditation	Après-Midi	8
Ven 13 - Dim 15	Préparons notre mariage	2 jours	37
Sam 14	Atelier d'écriture	Matinée	8
Sam 14 - Dim 15	Halte spirituelle	2 jours	11
Dim 15 - Dim 22	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Ven 20	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
Ven 20 - Dim 22	Retraite Pulse à vivre en famille	2 jours	40
Sam 21 - Dim 22	Prière ignatienne et méditation de pleine conscience	2 jours	11
Sam 21	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	35
Lun 23 - Mer 25	Un souffle nouveau pour nos élans de Vie !	3 jours	43
Mar 24	Vieillir c'est vivre dans le temps de Dieu	1 jour	40
Ven 27	Rencontre Laudato Si	Soirée	7
Ven 27 - Dim 29	Trajet d'Évangélisation des profondeurs	4 week-ends	19
AVRIL			
Jeu 2	Formation des accompagnateurs spirituels de Saint-Hugues	2 journées et 1 matinée	34
Ven 3	Atelier d'écriture	Matinée	8
Ven 3	Méditation	Après-Midi	8
Sam 4	Atelier d'écriture	Matinée	8
Sam 4 - Dim 5	Ennéagramme - Module 3	2 jours	44
Sam 4	Ennéagramme et pardon	1 jour	44
Sam 4 - Dim 5	Halte spirituelle	2 jours	11
Dim 5 - Lun 13	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
Dim 5 - Lun 13	Servir et Jardiner	8 jours	48
Dim 5 - Dim 12	Vivre la semaine sainte avec saint Jean	7 jours	15
Lun 6	Journée oasis	1 jour	7
Dim 12 - Dim 19	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Ven 17 - Dim 26	Jeûner, une expérience spirituelle	8 jours	21
Ven 17	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
Dim 19 - Dim 26	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 19 - Dim 26	Arcabas au fil de l'évangile	6 jours	21
Dim 19 - Dim 26	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 19	Messe autrement	1 heure	9
Dim 19 - Dim 26	Réviser autrement	7 jours	25
Dim 19 - Mer 20	Exercices spirituels en 30 jours	30 jours	19
Dim 26 - Dim 3	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
Jeu 30 - Dim 3	Retraite pour couples	3 jours	16
MAI			
Ven 1 - Dim 3	L'écologie intégrale du pape François : une boussole pour agir	2 jours	35
Lun 4 - Vend 15	Avance en eau profonde	10 jours	18
Lun 4 - Vend 15	Exercices spirituels en 3 fois 10 jours	3 fois 10 jours	18

Lun 4 - Vend 15	Choix de vie	10 jours	25
Lun 4	Journée oasis	1 jour	7
Dim 10 - Ven 15	Résurrection : Quels fruits pour ma vie ?	4 jours	16
Ven 15 - Dim 17	Chanter, c'est prier deux fois	2 jours	12
Ven 15	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
Ven 15 - Dim 17	Préparons notre mariage	2 jours	37
Ven 15	Rencontre Laudato Si	Soirée	7
Sam 16	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	35
Dim 17 - Dim 24	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 17	Messe autrement	1 heure	9
Jeu 21 - Dim 24	Aimer ma vie telle qu'elle est : un défi !	4 jours	40
Jeu 21 - Dim 24	Art et prière	3 jours	22
Jeu 21 - Dim 24	Le printemps de la Parole	4 jours	25
Ven 29 - Ven 5	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
Ven 29 - Lun 1	Rando pour solos	3 jours	40
Sam 30 - Lun 1	À la découverte du silence intérieur	3 jours	34
Sam 30 - Dim 31	Les couleurs du bonheur	1 jour ou 2 jours	43
JUIN			
Jeu 4	Formation des accompagnateurs spirituels de Saint-Hugues	2 journées et 1 matinée	34
Ven 5	Méditation	Après-Midi	8
Dim 7 - Sam 13	Avec nos 5 sens, méditer, contempler, prier la Parole de Dieu	5 jours	22
Lun 8	Journée oasis	1 jour	7
Ven 12 - Dim 14	Préparons notre mariage	2 jours	37
Sam 13 - Dim 14	Halte spirituelle	2 jours	11
Sam 13	Prier avec les saisons	Matinée	8
Dim 14	Pieds nus vers l'Essentiel	1 jour	8
Dim 14 - Dim 21	Servir et construire	6 jours	48
Ven 19	Pèlerin du vendredi	1 jour	7
Sam 20	Atelier d'écriture	Journée	8
Sam 20 - Dim 21	Bible, jardin et vie intérieure	2 jours	12
Dim 21	Fête de Saint-Hugues	1 jour	49
Dim 21	Messe autrement	1 heure	9
Dim 21 - Dim 28	Retraite photo	7 jours	22
Sam 27 - Dim 28	Formation des animateurs montagne	2 jours	49
Dim 28 - Dim 5	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 28 - Dim 5	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 28 - Dim 5	Prier marcher international / International Hiking Retreat	6 jours	29
JUILLET			
Dim 5 - Dim 12	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 5 - Dim 12	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
Dim 5 - Sam 11	Session chant jeunes : d'une voix / voie à l'autre	5 jours	26
Lun 6 - Sam 11	Accompagner selon les différentes traditions	4 jours	35
Sam 11 - Sam 18	Chemin en Chartreuse	6 jours	29
Dim 12 - Dim 19	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 12 - Ven 17	Chanter pour Dieu	4 jours	23
Dim 12 - Dim 19	Contempler la création en montagne	6 jours	29
Dim 12 - Dim 19	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 12 - Dim 19	La Parole et la terre	6 jours	23

Sam 18 - Sam 25	Retraite Queyras 30 - 45 ans	6 jours	26
Dim 19 - Dim 26	Amar Y Servir - Etty Hillesum	8 jours	48
Dim 19 - Dim 26	Prier marcher partager	6 jours	29
Dim 19 - Dim 26	Quand le corps devient prière	6 jours	23
Dim 19 - Sam 25	Vivre les Exercices spirituels	5 jours	15
Lun 20 - Sam 25	Prier, dialoguer, randonner en couple en Oisans	5 jours	41
Sam 25 - Sam 1	Retraite en montagne dans le Queyras	6 jours	30
Dim 26 - Dim 2	Amar Y Servir - Chant	8 jours	48
Dim 26 - Dim 2	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 26 - Dim 2	Prier marcher partager	6 jours	29
Dim 26 - Sam 1	Se laisser rencontrer par le Christ	5 jours	16
AOUT			
Dim 2 - Dim 9	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 2 - Dim 9	Prier marcher - Jeunes	6 jours	27
Dim 2 - Dim 9	Prier marcher partager	6 jours	29
Dim 2 - Jeu 6	Prier, dialoguer, randonner en couple dans le Queyras	4 jours	41
Dim 2 - Sam 8	Vivre les Exercices spirituels	5 jours	15
Sam 8 - Lun 17	Les Exercices spirituels... tu veux essayer ?	3, 5 ou 8 jours	27
Dim 9 - Dim 16	Amar Y Servir - Jeunes	8 jours	48
Dim 9 - dim 16	Célibataire, et après ?	6 jours	41
Dim 9 - dim 16	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14
Dim 9 - Sam 15	Exercices spirituels et yoga	5 jours	23
Dim 9 - Dim 16	Retraite en montagne en Haute Maurienne	6 jours	31
Dim 16 - Dim 23	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 16 - Dim 23	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 16 - Dim 23	Retraite en montagne	6 jours	30
Dim 16 - Dim 23	Suivre l'école / les cols du Christ à vélo	6 jours	27
Mer 19 - Dim 23	Retraite pour couples	4 jours	16
Dim 23 - Dim 30	Amar Y Servir	8 jours	48
Dim 23 - Dim 30	Exercices spirituels à la carte	3 jours minimum	18
Dim 23 - Dim 30	Prier marcher et vie professionnelle	6 jours	46
Dim 23 - Dim 30	Prier marcher partager	6 jours	29
Lun 24 - Dim 30	Prier pédaler	5 jours	30
Dim 30 - Dim 6	Espace de retraite individuelle	Durée libre	14



**Tout est lié, et la protection authentique
de notre propre vie comme de nos relations
avec la nature est inséparable de la fraternité,
de la justice ainsi que la fidélité aux autres.**

Pape François, Laudato Si'



Centre spirituel Saint-Hugues

313 chemin Billerey - 38330 Biviers - France
04 76 90 35 97 - accueil@sainthugues.fr - www.sainthugues.fr