



TEMPS POUR LA CRÉATION

EGLISE VERTE - St AIGULIN

1^{er} Parcours méditatif en Dordogne



SAMEDI 24 SEPTEMBRE 2022

Départ : 9H place de l'église St Fort (covoiturage possible),
empportez votre pique-nique et un pliant, retour vers 17H

Inscription : 06 62 63 88 60 Hélène LEGENDRE

ou 06 42 49 40 92 Maïté PELLERIN

S'émerveiller de la nature grâce à nos 5 sens,

Au programme :

9H45 : Présentation du parcours et de la journée sur le site public
de la ferme du Parcot

10H : 3 exercices pour se reconnecter à la terre : regarder,
écouter, sentir, etc

12H30 Pique-nique

14H : Quelques mouvements pour se mettre en forme **14H15** :

Promenade et temps personnel de méditation avec le psaume 104

14H45 : Temps d'échanges **15H** : « Venez et voyez » St Jean 1,35-39

15H30 : lecture de l'expérience de perception d'un aveugle

Fin du parcours 16H15