



CENTRE SPIRITUEL

Saint-Hugues



Centre spirituel animé par la



CVX-CLC  
Communauté  
de Vie  
Chrétienne  
en France

2026-2027



CVX-CLC  
Communauté  
de Vie  
Chrétienne  
en France

# 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](http://www.cvxfrance.com)



# 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 ignatians, 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 VALEURS, NOS FORCES

- Une expérience d'Église.
- La célébration (prière quotidienne, sacrements, assemblées communautaires).
- L'écoute, la simplicité.
- Le ressourcement, le silence, l'intériorité.
- Les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola.
- La conversion écologique.

## › 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 ; contribuer à "l'Église en sortie" ; conduire une gestion sobre pour favoriser l'accès du Centre au plus grand nombre.

*Extrait du projet apostolique*



### › La spiritualité ignatienne nous invite à :

- **Chercher et trouver Dieu** dans notre vie, à l'écoute de la Parole de Dieu, et ainsi réaliser en plénitude notre humanité.
- **Discerner** ce qui se passe en nous par l'attention portée à nos mouvements intérieurs.
- **Prendre des décisions** en étant libre intérieurement.

### › L'accompagnement spirituel propose :

- **Une aide** pour se mettre à l'écoute de Dieu et grandir dans la foi.
- **Une écoute bienveillante**, sans jugement, sans conseil.
- **Un cheminement** avec une personne formée, envoyée par l'Église, supervisée et tenue, comme la personne qui la supervise, à la confidentialité de ce qu'elle entend.



# SOMMAIRE 2026 - 2027

UNE JOURNÉE À SAINT-HUGUES	6
WEEK-ENDS DE RESSOURCEMENT	11
RETRAITES SELON LES EXERCICES SPIRITUELS	14
RETRAITES AUTREMENT	18
RETRAITES EN MONTAGNE	26
ACCOMPAGNER LA VIE	29
JEUNES ADULTES	37
VIE PROFESSIONNELLE	41
ÉCOLOGIE	44
FORMATIONS SPIRITUELLES	47
BÉNÉVOLAT	50
Partenaires	54
Les centres spirituels ignatients	55
Renseignements pratiques	56
Accès à Saint-Hugues	57
<b>CALENDRIER</b>	<b>58</b>



Ce picto signifie que les propositions sont en distanciel

# UNE JOURNÉE À SAINT-HUGUES

UNE JOURNÉE  
À SAINT-HUGUES

## MESSE AUTREMENT

1 heure

Dans notre chapelle en ellipse, prenons un temps particulier de communion et de partage.

Pendant la messe : partage de la Parole pour petits et grands.

À la sortie : temps convivial autour d'un verre.

Une fois par mois (hors vacances scolaires).

le dimanche à 11h

**13 sept, 4 oct, 8 nov, 6 déc,  
10 janv, 13 mars, 9 mai, 6 juin**

## ATELIER D'ÉCRITURE

Demi-journée

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 :

[marielaurechoplin.fr/ateliers-decriture/](http://marielaurechoplin.fr/ateliers-decriture/)

ou par mail [marielaure.choplin@gmail.com](mailto:marielaure.choplin@gmail.com)

le vendredi de 9h30 à 12h ou de 14h à 16h30 ou le samedi de 9h30 à 12h

**18 OU 19 sept, 9 OU 10 oct,  
20 OU 21 nov, 11 OU 12 déc,  
15 OU 16 janv, 12 OU 13 févr,  
12 OU 13 mars, 2 OU 3 avr,  
30 avr OU 1<sup>er</sup> mai, 4 OU 5 juin**

➤ Marie-Laure Choplin

## PAROLE ET CRÉATIVITÉ

1 jour

S'accorder une pause, se laisser travailler par la Parole de Dieu et exprimer, par la créativité, ce en quoi nous sommes rejoints. Peinture, collages, argile, dessin méditatif... Aucun prérequis n'est demandé pour vivre cette expérience !

Chaque premier mardi du mois, d'octobre à juin, hors vacances scolaires (de la zone A).

➤ Francine Salmon, art-thérapeute

le mardi de 9h30 à 16h

**6 oct, 3 nov, 1er déc  
5 janv, 2 fév, 2 mars,  
6 avr, 4 mai, 1<sup>er</sup> juin**

## À L'ÉCOUTE DES PRIANTS DE LA BIBLE

Matinée

Quatre jeudis matin dans l'année, nous lisons ensemble des textes de l'Ancien et du Nouveau Testament, à l'écoute des priants de la Bible, et attentifs aux échos avec nos propres cheminements.

Il est possible de participer à l'ensemble des matinées ou à l'une ou l'autre, occasionnellement.

➤ Isabelle Carlier, bibliiste

le mardi de 9h30 à 12h30

**8 oct, 10 déc, 18 mars, 17 juin**

## JOURNÉE OASIS

Décider de s'arrêter, prendre une journée hors de l'agitation du monde. Retrouver la source intérieure et s'y désaltérer.

Chaque deuxième lundi du mois, d'octobre à juin, hors vacances scolaires.

► Une équipe

1 jour

le lundi de 9h30 à 16h  
**12 oct, 9 nov, 14 déc,**  
**11 janv, 8 mars, 10 mai, 14 juin**

## PÈLERIN DU VENDREDI

Une journée de ressourcement en montagne une fois par mois pour contempler, prier, partager. Randonnée de 5 heures environ sur 500 à 600 mètres de dénivelé. Temps de silence pendant la montée. Chaque troisième vendredi du mois (octobre, novembre, janvier, mars, mai et juin).

► Une équipe

1 jour

le vendredi de 8h45 à 17h  
**16 oct, 20 nov, 15 janv,**  
**19 mars, 21 mai, 18 juin**



## ACCOMPAGNEMENT DANS LA VIE

1 heure

Être accompagné(e) sur mon chemin spirituel et humain. Prendre le temps de poser des mots sur ce que je vis au quotidien me permet d'être plus présent(e) à ce qui m'anime en profondeur et m'ouvre un chemin de croissance intérieure.

Renseignements et demande : [accueil2@sainthugues.fr](mailto:accueil2@sainthugues.fr) ou 04 76 90 35 97

► Une équipe d'accompagnateurs spirituels formés et supervisés

## LA CONVERSATION DANS L'ESPRIT, EN COMMUNAUTÉ, ÉQUIPE ASSOCIATIVE OU PAROISSIALE

La conversation dans l'Esprit repose sur la conviction que l'Esprit-Saint est donné à chacun ; son écoute est à la fois intérieure (on prie l'Esprit de nous inspirer) et tournée vers la parole de l'autre, qui peut venir de l'Esprit-Saint.

Prendre un temps à Saint-Hugues pour expérimenter en communauté ou avec son équipe, la conversation dans l'Esprit avec des animateurs formés, comme un moyen de :

- Mieux s'écouter et mieux se parler, sur tous les sujets communs au groupe.
- Créer des conditions d'accueil mutuel, de bienveillance, de communion dans le groupe.
- Choisir des enjeux à vivre ensemble, sur des textes communautaires ou ecclésiaux.
- Prendre ensemble une décision qui concerne le groupe.

Cette expérimentation est menée de manière à ce que le groupe puisse ensuite utiliser la conversation dans l'Esprit en autonomie.

Renseignements et contact : Carole de Montal, [accueil1@sainthugues.fr](mailto:accueil1@sainthugues.fr) ou 04 76 90 35 97

## FÊTE DE LA FAMILLE IGNATIEENNE DE L'ISÈRE

1 jour

Un temps pour se retrouver, échanger, réfléchir ensemble et faire corps entre membres de la famille ignatienne et leurs amis.

de 9h30 à 14h30  
**dimanche 6 décembre**

► La famille ignatienne

## UNE JOURNÉE POUR SOI

1/2 journée à 1 journée

Un temps pour soi, un temps pour Dieu. Une formule très libre pour se poser, se ressourcer à Saint-Hugues. Possibilité d'avoir une chambre à la journée, de venir avec son pique-nique ou de prendre le repas à Saint-Hugues, à réserver à l'avance.

Renseignements et inscription : [accueil@sainthugues.fr](mailto:accueil@sainthugues.fr) ou 04 76 90 35 97

## VENIR À SAINT-HUGUES EN COMMUNAUTÉ, EN ÉQUIPE ASSOCIATIVE OU PAROISSIALE

Prendre un temps de retraite, de ressourcement ou de travail en équipe.

À disposition : différentes salles, une restauration de qualité, des chambres, des lieux de prière, un parc de 13 hectares...

Possibilité d'une ouverture sur la dimension écologique du centre, d'une approche de la spiritualité ignatienne par l'animation d'un temps de conversation spirituelle, de l'animation par un coach d'un temps de réflexion ou de relecture sur un sujet particulier...

Renseignements et contact : Carole de Montal, [accueil1@sainthugues.fr](mailto:accueil1@sainthugues.fr) ou 04 76 90 35 97



**DÉCIDER EN COUPLE**  
**LA RETRAITE : UN NOUVEAU CAP POUR**  
**NOTRE COUPLE !**  
**MIEUX VIVRE AVEC MON ADO**  
**TRANSMETTRE À NOS PETITS-ENFANTS :**  
**QUOI ? COMMENT ?**

Cf Accompagner la vie p 29

**JOURNÉE OFF POUR LES PRO**

Cf Vie professionnelle p 41

**MARCHE DU TEMPS PROFOND**  
**MES PRATIQUES QUODITIENNES À LA**  
**LUMIÈRE DE LAUDATO SI**

Cf Écologie p 44

# WEEK-END DE RESSOURCEMENT



## HALTE SPIRITUELLE

Se ressourcer et faire l'expérience de Dieu dans sa vie.

➤ Une équipe

2 jours

du samedi 9h30 au dimanche 17h  
3 - 4 oct  
23 - 24 janv  
6 - 7 mars  
13 - 14 mars  
29 - 30 mai  
19 - 20 juin

## DEVENIR LIBRE À LA SUITE DE MAURICE ZUNDEL

« Je n'ai pu être libre de moi, n'étant pas libre de moi avant cette rencontre avec Lui qui m'a fait naître à moi » (M. Zundel).

Nous explorerons ce que cette synthèse de la vie spirituelle signifie concrètement pour notre vie.

➤ Luc Ruedin, jésuite  
et une équipe

2 jours

du ven 27 novembre à 18h  
au dim 29 novembre à 16h

## ITINÉRAIRE DE PRIÈRE AVEC ETTY HILLESUM

Rencontrer Ety Hillesum en suivant son itinéraire. « De la confusion intérieure à l'offrande de soi ».

Halte spirituelle avec silence, prière et échanges en groupe.

➤ Claire et Michel Le Poulichet, cvx, accompagnateurs spirituels

2 jours

du ven 15 janvier à 18h  
au dim 17 janvier à 17h

## PRIÈRE IGNATIENNE ET MÉDITATION DE PLEINE PRÉSENCE - WE

La méditation de pleine présence au service de la prière ignatienne, pour se disposer à vivre l'instant présent avec le Seigneur.

➤ Aurélie Debouzie et une équipe d'accompagnatrices  
et accompagnateurs spirituels

2 jours

du ven 5 mars à 18h  
au dim 7 mars à 16h

## TRIDIUM PASCAL À SAINT-HUGUES

Prendre le temps de vivre pleinement ces trois jours, cœur de notre foi, où le Christ nous conduit de la mort à la vie.

➤ Une équipe

3 jours

du jeu 25 mars à 18h  
au dim 28 mars à 12h

## DANSES EN CERCLE, SUR LE THÈME DU SOUFFLE

Les danses 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.

➤ Brigitte Van Dorpe

3 jours

du sam 15 mai à 9h30  
au lun 17 mai à 17h

## CORPS VIVANT, CORPS PRIANT, CORPS DANSANT

Prendre le temps d'un week-end pour laisser la Vie passer en soi et accueillir la grâce de Dieu qui se donne.

➤ Marie-Laure Grand, intervenante en travail corporel,  
Marine Carlier et Catherine German-Labaume,  
accompagnatrices spirituelles

2 jours

du sam 5 juin à 9h30  
au dim 6 juin à 17h

## DANSE ET LECTIO DIVINA CRÉATIVE

Saint-Hugues accueille dans son programme "Dans'Allegria".

Un week-end pour se ressourcer corporellement et fraternellement afin de découvrir combien notre corps est le temple de l'Esprit-Saint et combien nous sommes tous ensemble le corps du Christ.

Pour s'inscrire :

Marie-Ange Durrwang : 07 61 16 76 25

ou Rachel Teti : 06 40 36 47 99

Mail : dansallegria@yahoo.fr

2 jours

du ven 25 juin à 18h  
au dim 27 juin à 17h

➤ Association Dans'Allegria, animatrice Marie-Ange Durrwang

## LA CONVERSATION DANS L'ESPRIT, EN COMMUNAUTÉ, ÉQUIPE ASSOCIATIVE OU PAROISSIALE

### VENIR À SAINT-HUGUES EN COMMUNAUTÉ, EN ÉQUIPE ASSOCIATIVE OU PAROISSIALE

Cf Une journée à Saint-Hugues p 6

### LE CORPS CHANTANT, UN CHEMIN VERS DIEU

Cf Retraites autrement p 18

### PRENDRE SOIN DE NOTRE COUPLE VIVRE L'AVENTURE DE LA PRIÈRE EN COUPLE

Cf Accompagner la vie p 29

### COMMENT MIEUX VIVRE LES RELATIONS AU QUOTIDIEN ?

Cf Accompagner la vie p 35  
> Outils connaissance de soi, relation à l'autre

### AVEC DE LA TERRE ENTRE LES MAINS

Cf Écologie p 44

# RETRAITES SELON LES EXERCICES SPIRITUELS



## RETRAITES SELON LES EXERCICES SPIRITUELS

### INITIATION AUX EXERCICES SPIRITUELS

3 jours

Retraite en silence de 3 jours pour vivre une première expérience des Exercices spirituels de Saint Ignace. Accompagnement spirituel individuel à partir de passages bibliques donnés à l'ensemble du groupe.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

du premier jour 18h au dernier jour 9h  
**sam 24 - mer 28 oct**  
**mer 24 - dim 28 févr**  
**sam 17 - mer 21 avr**  
**mar 6 - sam 10 juill**  
**ven 16 - mar 20 juill**  
**mer 11 - dim 15 août**

### RETRAITE À LA CARTE

3 jours minimum

Retraite en silence pour se poser, prier, relire sa vie, discerner... avec le soutien d'un accompagnement spirituel individuel et personnalisé selon les Exercices spirituels de Saint Ignace.

Lors de l'inscription, chaque retraitant détermine la durée souhaitée (trois jours pleins minimum), en commençant de préférence au début de la période.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

du premier jour 18h au dernier jour 9h

**dim 6 - dim 13 sept**  
**dim 20 - dim 27 sept**  
**dim 4 - dim 11 oct**  
**sam 17 - sam 24 oct**  
**sam 24 - sam 31 oct**  
**dim 8 - dim 15 nov**  
**dim 22 - dim 29 nov**  
**dim 6 - dim 13 déc**  
**dim 27 déc - dim 3 jan**  
**dim 10 - dim 17 jan**  
**dim 24 - dim 31 janv**  
**sam 6 - sam 13 févr**  
**sam 13 - sam 20 févr**  
**sam 20 - sam 27 févr**

**sam 27 fév - sam 6 mars**  
**dim 21 - dim 28 mars** (Semaine sainte)  
**sam 3 - sam 10 avr**  
**sam 10 - sam 17 avr**  
**sam 17 - sam 24 avr**  
**sam 24 avr - sam 1<sup>er</sup> mai**  
**dim 2 - dim 9 mai** (Ascension)  
**dim 16 - dim 23 mai** (Pentecôte)  
**dim 6 - dim 13 juin**  
**dim 20 - dim 27 juin**  
**sam 3 - sam 10 juill**  
**sam 24 - sam 31 juill**  
**sam 7 - sam 14 août**  
**sam 21 - sam 28 août**

### RETRAITE SELON LES EXERCICES SPIRITUELS AVEC ENFANTS

4 jours

En tant que parents, pouvoir vivre une retraite selon les Exercices spirituels tout en proposant à nos enfants de vivre un temps fort.

Pour les parents, retraite d'initiation aux Exercices spirituels de saint Ignace. Pour les enfants et les jeunes, des parcours adaptés par classe d'âge.

En partenariat avec le centre du Hautmont et le MEJ.

► Accompagnatrices et accompagnateurs spirituels du Hautmont et de Saint-Hugues

**du sam 7 août à 15h**  
**au mer 11 août à 15h**



## SE LAISSER 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.

► Paule Berghmans, sœur du Saint-Cœur de Marie, Martine de Chilly et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

5 jours

du dim 18 juillet à 18h  
au sam 24 juillet à 9h

## VIVRE LES EXERCICES SPIRITUELS

Retraite en silence de 5 jours pour goûter la Parole de Dieu en s'appuyant sur les Exercices spirituels de Saint Ignace : un chemin pour grandir en liberté intérieure à la suite du Christ. Accompagnement spirituel individuel à partir de passages bibliques donnés à l'ensemble du groupe.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels, cvx

5 jours

du premier jour 18h au dernier jour 9h  
sam 10 - ven 16 juill  
sam 31 juill - ven 6 août  
dim 15 - sam 21 août

## 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 de cinq ou huit jours accompagnées individuellement selon les Exercices.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

10 jours

du premier jour 18h au dernier jour 9h  
lun 5 - ven 16 oct  
lun 4 - ven 15 janv  
lun 8 - ven 19 mars  
mer 5 - dim 16 mai  
lun 14 - ven 25 juin  
ven 31 juill - mar 11 août

## RETRAITE DE CARÊME DANS LA VIE

Une retraite accompagnée dans la vie, en visio, avec un véritable temps de ressourcement et de prière quotidienne (au moins 30 minutes par jour) sans interrompre ses activités familiales et professionnelles.

Six soirées en visio pendant le carême. Retraite en distanciel.

► Daniel Desouches, jésuite, Marie-Agnès Bourdeau, cvx et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels



Le temps du carême

les lundis de 20h15 à 22h  
**15, 22 févr, 1<sup>er</sup>, 8, 15 ET 22 mars**  
**ET accompagnement individuel**  
**entre 2 rencontres**

## 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 le directeur.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

3 x 10 jours

1 retraite en 3 périodes  
du lundi 18h au vendredi 9h  
**4 - 15 janv**  
**8 - 19 mars**  
**ET 14 - 25 juin**

## EXERCICES SPIRITUELS EN 30 JOURS

Vivre les 30 jours des Exercices spirituels de saint Ignace.

Pour des personnes qui ont une bonne expérience de la prière et de l'écoute de la Parole. Prendre contact avec le directeur.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

30 jours

du mer 30 septembre à 18h  
au sam 31 octobre à 9h



## RETRAITE POUR COUPLES

Cf Accompagner la vie p 29

## CHOIX DE VIE - 18-30 ANS

## ESSAYER LES EXERCICES SPIRITUELS - 18-30 ANS

Cf Jeunes adultes p 37

# RETRAITES AUTREMENT



## RETRAITES AUTREMENT

### REVIVRE PAR LE JEÛNE

Pratiquer le jeûne sur fond de silence et d'intériorité et en recevoir tous les bienfaits ; mieux habiter son corps. En groupe avec des temps de partage.

► Brigitte Van Dorpe

8 jours

du ven 16 octobre à 18h  
au dim 25 octobre à 9h

### LE NOUVEL AN DES 30-45 ANS

Session de quatre jours pour se poser, relire l'année écoulée, se reposer et s'ouvrir à la nouvelle année qui vient. Cela dans la convivialité et la joie des nouvelles rencontres.

► Une équipe

4 jours

du mar 29 décembre à 17h  
au sam 2 janvier à 15h

### VIVRE LES PSAUMES PAR LE THÉÂTRE

Et si vous pouviez enfin dire ce que vous n'avez jamais osé dire... même à Dieu ?

Une session pour jouer, oser, chercher, prier... et peut-être toucher quelque chose de vrai. Une session pour se sentir vraiment vivant.

"Je veux jouer pour mon Dieu tant que je dure." (Ps 103, 33)

Aucune expérience théâtrale requise.

► Philippe Rousseaux, comédien, clown par foi et bibliste  
et une accompagnatrice spirituelle

6 jours

du lun 1 février à 15h  
au dim 7 février à 15h

### RETRAITE CINÉMA

Entrer dans la prière par l'image, le son, une histoire.

Nul besoin d'être connaisseur : les films sont un support pour creuser un thème et avancer librement sur son chemin de foi.

► Sylvain Morin, animateur,  
Christine Lurati, cvx, accompagnatrice spirituelle,  
Michel Belaud, cvx, accompagnateur spirituel

5 jours

du dim 14 février à 18h  
au sam 20 février à 9h

### LE CLOWN AU SERVICE DE LA FOI

Cette session vous convie à rencontrer l'être étonnant que vous êtes grâce à des exercices piochés dans la pratique du clown et à vivre ces exercices comme de véritables Exercices spirituels pour chercher et trouver la volonté de Dieu dans votre vie.

► Philippe Rousseaux, comédien, clown par foi et bibliste  
et Guy Delage, jésuite

6 jours

du sam 27 février à 15h  
au ven 5 mars à 15h



## JEÛNER, UNE EXPÉRIENCE SPIRITUELLE

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

► Brigitte Van Dorpe et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

8 jours

du ven 12 mars à 18h  
au dim 21 mars à 9h

## LE RÉCIT D'IGNACE, UNE INITIATION AU DISCERNEMENT

Découvrir ou approfondir l'itinéraire spirituel d'Ignace au travers du Récit du pèlerin. Ce récit sera lu ensemble, partagé, médité pour éclairer et nourrir notre propre expérience de vie spirituelle et de discernement.

► Jeanne Thouvard, sœur Auxiliatrice,  
Mireille Laslandes, sœur Ursuline cja  
et Françoise Lehucher, cvx

5 jours

du dim 11 avril à 18h  
au sam 17 avril à 9h

## RETRAITE PHOTO

Une retraite en silence, selon les Exercices spirituels de saint Ignace, avec le support de la photo.

Ouvrir son regard sur le monde qui nous entoure pour renouveler la contemplation de la Parole.

► Bénédicte Boisseau et Catherine Raphalen, cvx  
Guy Delage, jésuite

5 jours

du dim 11 avril à 18h  
au ven 16 avril à 17h

## RETRAITE 5 SENS

À partir d'une expérience sensorielle, le cœur s'ouvre davantage et le sens spirituel s'affine pour vivre une meilleure qualité de présence à soi, à la création, aux autres et une relation plus profonde à Dieu.

Expérimenter combien la Parole de Dieu est vivante : Dieu se donne à voir, à entendre, à sentir, à goûter...

► Christine Rogier, cvx, accompagnatrice spirituelle  
et une équipe

5 jours

du samedi 18h au samedi 9h  
17 - 24 avr  
31 juill - 7 août

## LE CORPS CHANTANT, UN CHEMIN VERS DIEU

Quand le corps devient prière par le chant. Faire l'expérience du chant comme unification de l'être et cheminement spirituel.

► Dominique Desbenoit, professeur de chant,  
Laurence Canavesio, cvx, accompagnatrice spirituelle,  
Maguelone Biot, animatrice de chant, cvx

3 jours

du mer 21 avril à 18h  
au sam 24 avril à 17h

## MÉDITATION SILENCIEUSE

Entrer dans le mystère de Présence qu'ouvre l'Ascension à travers la pratique de la méditation silencieuse.

► Marie-Laure Choplin  
et Luc Ruedin, jésuite

3 jours

du jeu 6 mai à 15h  
au dim 9 mai à 15h

## LES DONS DE L'ESPRIT À L'ŒUVRE DANS NOS VIES

Découvrir, expérimenter, relire, chercher, comprendre et partager comment Dieu agit dans nos vies.

Force, sagesse, intelligence... les dons de l'Esprit sont multiples et toujours à redécouvrir !

► Une équipe

3 jours

du ven 14 mai à 18h  
au lun 17 mai à 14h

## CHANTER POUR DIEU

Retraite qui allie 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, cvx, intervenante chant, Brigitte et Pierre Kern, cvx, accompagnateurs spirituels

5 jours

du dim 30 mai à 18h  
au ven 4 juin à 14h

## EXERCICES SPIRITUELS ET VITTOZ

Les exercices corporels liés à la méthode Vittoz permettent d'entrer dans l'expérience des Exercices spirituels ignatians.

► Flore Desjonquères, formatrice Vittoz, cvx et Guy Delage, jésuite

4 jours

du sam 5 juin à 9h30  
au mer 9 juin à 9h

## INVITATION À LA PRIÈRE CONTEMPLATIVE

Retraite en silence sur les pas de Franz Jalics, jésuite ; pour vivre une expérience de simple présence à Dieu avec le Nom de Jésus.

► Véronique Legras et Annick Combiér, accompagnatrices spirituelles

6 jours

du dim 13 juin à 18h  
au dim 20 juin à 9h

## QUAND LE CORPS DEVIENT PRIÈRE

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

► Brigitte Van Dorpe et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 3 juillet à 18h  
au sam 10 juillet à 9h

## PRIÈRE IGNATIENNE ET MÉDITATION DE PLEINE PRÉSENCE

Découvrir une autre façon de se rendre présent au Seigneur.

Apprendre à se disposer pour la prière, apaiser ses pensées, faire silence et se rendre présent à la Présence et à la Parole de Dieu.

► Aurélie Debouzie et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 10 juillet à 18h  
au sam 17 juillet à 9h



## EXERCICES SPIRITUELS ET YOGA

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. Pour des personnes en forme physiquement.

► Nathalie Bouchet, enseignante de yoga Viniyoga, Chemin Ignatien et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 17 juillet à 18h  
au sam 24 juillet à 9h

## AU FIL DE L'ÉVANGILE AVEC ARCADAS

Suivre Jésus au fil des Évangiles en nous appuyant sur l'œuvre d'Arcabas. La (re)découverte des tableaux sera suivie d'indications pour prier.

► Dominique Ayela, accompagnatrice spirituelle et une équipe

6 jours

du sam 24 juillet à 18h  
au sam 31 juillet à 9h

## QI GONG ET PAROLE DE DIEU

Corps, cœur et esprit sont reliés ! Venez vivre un itinéraire spirituel de rencontre avec le Seigneur, à partir de la pratique du Qi Gong et des Exercices spirituels de Saint Ignace.

► Un intervenant en Qi Gong et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 24 juillet à 18h  
au sam 31 juillet à 9h

## FAITES TOUT CE QU'IL VOUS DIRA

Au cœur de l'été, vivre un temps de retraite en silence pour se laisser toucher par la place particulière de Marie auprès de Jésus.

► Valérie Kerjean, cvx, Claire Guibert et Etienne Morel, accompagnatrices et accompagnateur spirituels

3 jours

du ven 13 août à 15h  
au lun 16 août à 15h



## LIRE ENSEMBLE L'ÉVANGILE, ÇA CHANGE TOUT !

Lire en groupe pour (re)découvrir l'Évangile comme Parole Vivante en faisant l'expérience des disciples: rencontrer le Christ. Tisser du lien par des danses en cercles et des récitatifs bibliques. Prier et être accompagné.

► Sophie Claret, théologienne et Bénédicte Béchaux-Descarpentries, psychanalyste, association Bible et Lecture, Catherine Boillot, cvx, accompagnatrice spirituelle

6 jours

du sam 14 août à 18h  
au sam 21 août à 9h

## COULEURS ET LUMIÈRES D'ÉVANGILE

Retraite en silence pour prendre le temps d'écouter la Parole, la méditer en silence et exprimer sa prière par un geste créatif.

► Françoise Michaely, intervenante en expression créative, cvx et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 21 août à 18h  
au sam 28 août à 9h

## PRIER DE TOUT SON ÊTRE

Cheminer à travers le mouvement, la Parole de Dieu, la prière personnelle et l'accompagnement spirituel individuel.

► Marie-Laure Grand, intervenante en travail corporel et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 21 août à 18h  
au sam 28 août à 9h

## HALTE SPIRITUELLE POUR DES ASSOCIATIONS OU GROUPES DE PERSONNES EN PRÉCARITÉ OU EN FRAGILITÉ

Accueil de groupes de personnes avec leurs animateurs, souhaitant vivre une halte spirituelle adaptée aux besoins et possibilités de ces groupes, dans un cadre dépaysant en pleine nature (potager, jardin bouquetier, moutons, montagne).

Possibilité de co-animation par un accompagnateur formé du Centre.

Tarifs pouvant être adaptés.

Renseignements et contact : Carole de Montal, [accueil1@sainthugues.fr](mailto:accueil1@sainthugues.fr) ou 04 76 90 35 97



## PAROLE ET CRÉATIVITÉ

Cf Une journée à Saint-Hugues p 6

## CORPS VIVANT, CORPS PRIANT, CORPS DANSANT DANSES EN CERCLE, SUR LE THÈME DU SOUFFLE

### TRIDUUM PASCAL À SAINT-HUGUES

Cf Week-End de ressourcement p 11

## ZUNDEL, PROPHÈTE DE L'ÉCOLOGIE INTÉGRALE

Cf Écologie p 44

# RETRAITES EN MONTAGNE



## RETRAITES EN MONTAGNE

### PRIER, MARCHER, PARTAGER

Selon la pédagogie ignatienne et au rythme d'une randonnée quotidienne en montagne, une semaine de contemplation, de prière et de partage fraternel.

4 à 5 heures de marche par jour sur 400 à 600 mètres de dénivelé l'hiver et sur 600 à 800 mètres de dénivelé l'été.

La proposition se déroule dans un climat de silence qui favorise l'intériorité, l'écoute et le partage.

➤ Une équipe

6 jours

du samedi 18h au samedi suivant 9h

**24 - 31 oct** (automne)

**6 - 13 févr** (hiver)

**13 - 20 févr** (hiver)

**20 - 27 févr** (hiver)

**27 févr - 6 mars** (hiver)

**10 avr - 17 avr** (printemps)

**17 avr - 24 avr** (printemps)

**10 - 17 juill** (été, spécial 30-45 ans)

**17 juill - 24 juill** (été)

**7 - 14 août** (été)

### 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 heures de marche par jour sur 400 à 600 mètres de dénivelé l'hiver et sur 600 à 800 mètres de dénivelé l'été.

➤ Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du samedi 18h au samedi suivant 9h

**13 - 20 févr** (hiver, spécial 30-45 ans)

**20 - 27 févr** (hiver)

**31 juill - 7 août** (été)

### PRIER, MARCHER, CHANGER

Dans un cadre alliant marche en montagne, temps de prière et démarche introspective, nous travaillerons sur un comportement que nous n'arrivons pas à changer pour identifier les peurs et croyances qui nous bloquent et, avec l'aide de l'Esprit, s'engager dans un chemin pour s'en libérer.

➤ Dominique Arrighi, consultant, coach, cvx et Mahaut Bernard, coach, cvx

6 jours

**du sam 3 avril à 18h  
au sam 10 avril à 9h**

### PÈLERINS EN MONTAGNE

La randonnée quotidienne en montagne devient le cœur de l'expérience spirituelle et nourrit la relation à soi, à la création, à Dieu et aux autres. Bons marcheurs : être capable de marcher entre 800 et 1000 mètres de dénivelé par jour, sur six jours d'affilée.

➤ Guy Delage, jésuite,  
Véronique Cheze, accompagnatrice spirituelle  
et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du samedi 18h au samedi suivant 9h

**24 - 31 juill**

**14 - 21 août**

## MARCHER AVEC IGNACE

Marcher en montagne et relire notre vie à la lumière du Récit du Pèlerin de saint Ignace.

➤ Guy Delage, jésuite et une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 3 juillet à 18h  
au sam 10 juillet à 9h

## RETRAITE EN MONTAGNE DANS LE QUEYRAS

Retraite en silence au rythme de la randonnée, en étoile autour d'un gîte en montagne. 6-7 heures de marche par jour sur 700 à 1 000 mètres de dénivelé.

➤ Christine et Jean-Marie Siéfert, cvx, accompagnatrice et accompagnateur spirituels et une équipe

6 jours

du sam 10 juillet à 18h  
au sam 17 juillet à 9h



### PÈLERIN DU VENDREDI

Cf Une journée à Saint-Hugues p 6

### PRIER, MARCHER, SOUFFLER PRIER DIALOGUER RANDONNER EN COUPLE CÉLIBATAIRE, ET APRÈS ?

Cf Accompagner la vie p 29

### RETRAITE ARAVIS 20-40 ANS RETRAITE EN MONTAGNE 18-30 ANS

Cf Jeunes adultes p 37

### PRIER MARCHER ET DISCERNEMENT PRO

Cf Vie professionnelle p 41

### RETRAITE LAUDATO SI EN MONTAGNE

Cf Écologie p 44

# ACCOMPAGNER LA VIE



## L'ARRIVÉE DU PREMIER ENFANT, UN BOULEVERSEMENT POUR LE COUPLE ?

Pour les nouveaux parents depuis moins de deux ans.

Comprendre ce qui se joue avec l'arrivée du premier enfant qui chamboule la vie de couple. Se découvrir parents, partager, échanger, ouvrir de nouveaux horizons.

➤ Amandine Badin, psychomotricienne, animatrice d'ateliers psycho-corporels et praticienne Monbourquette et une équipe

2 jours

du sam 3 octobre à 9h30  
au dim 4 octobre à 17h

## PRIER, MARCHER, SOUFFLER

Un temps pour se (re)poser, déposer son fardeau, se ressourcer dans la prière, la nature et les échanges fraternels : Goûter la vie !

Pour qui ? Toute personne en situation de fatigue (professionnelle, personnelle, spirituelle)

➤ Dominique Arrighi, consultant, coach, cvx et Mahaut Bernard, coach, cvx

6 jours

du sam 17 octobre à 18h  
au sam 24 octobre à 9h

## OUVRIR UN CHEMIN DE PARDON

Les blessures dans nos relations sont de véritables épreuves. Comment les traverser quand on ne peut rien changer, sauf, peut-être, le regard sur la situation et soi-même ?

Un chemin psycho-spirituel en 12 étapes.

➤ Bénédicte de Noray du Boullay, psychologue-psychothérapeute-Gestalt Thérapie, cvx et une équipe d'accompagnatrices spirituelles

4 jours

du samedi 18h au mercredi 14h  
7 - 11 nov  
20 - 24 févr

## AIMER DANS LA DURÉE

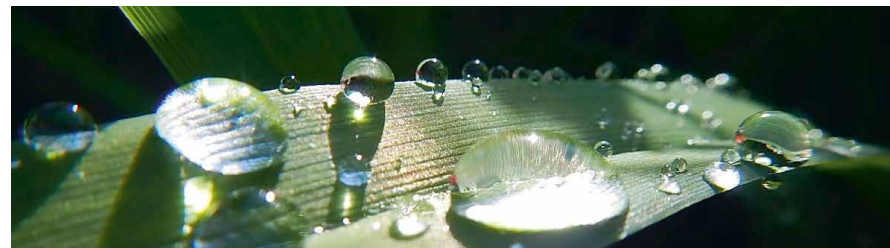
Saint-Hugues accueille la session "Aimer dans la durée" du mouvement Vivre et Aimer. Parce qu'aimer pour la vie, ça s'entretient... Redonnez du "peps" à votre relation !

Renseignements et inscription : <https://vivre-et-aimer.org/session-aimer-dans-la-duree/> ; [isere@vivre-et-aimer.org](mailto:isere@vivre-et-aimer.org)

2 jours

du ven 20 novembre à 20h30  
au dim 22 novembre à 18h

➤ Vivre et aimer



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

3 journées

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 trois journées qui forme un tout. Pour futurs et nouveaux retraités.

les jeudis de 9h à 17h30  
3 déc,  
7 janv,  
ET 4 fév

Cette session est organisée par Fondacio et le centre Saint-Hugues. Contact et renseignements : [vcerbelaud@gmail.com](mailto:vcerbelaud@gmail.com).

➤ Fondacio

## ACCOMPAGNER UN PROCHE DANS LE GRAND ÂGE

2 jours

Partager nos expériences, être éclairés par des apports psychologiques et s'appuyer sur le Seigneur présent au cœur de cette relation.

du sam 5 décembre à 9h30  
au dim 6 décembre à 17h

Pour toute personne amenée à aider, ponctuellement ou quotidiennement, un proche vieillissant (père, mère, conjoint, conjointe, frère, sœur, voisin, voisine...).

➤ Lucie Bansard, psychologue formée en gériatrie et soins palliatifs, Sylvie Blanc, cvx, accompagnatrice spirituelle et Laurent Boillot, cvx, diacre

## CHEMIN D'ESPÉRANCE APRÈS UNE SÉPARATION OU UN DIVORCE

2 week-ends

Parcours de deux week-ends indissociables destiné à des personnes séparées ou divorcées récemment ou depuis plus longtemps.

du samedi 9h30 au dimanche 17h  
12 - 13 déc  
ET  
6-7 févr

Se retrouver avec d'autres qui vivent la même situation, cheminer ensemble, partager, réfléchir, prier avec le désir d'avancer dans notre vie humaine et spirituelle et d'être pleinement vivants.

➤ Maguelone Biot, Stéphane Corazza, Catherine German-Labaume, accompagnatrice spirituelle, cvx, Colette Boillot, cvx, thérapeute conseillère conjugale

## DÉCIDER EN COUPLE

Découvrir et expérimenter une façon de décider vraiment en couple, y compris sur des sujets sensibles !

➤ **Bénédicte et Patrick Boisseau, cvx**

1 jour

**sam 23 janvier  
de 9h30 à 17h**

## QUAND ON EST TOUCHÉ PAR UNE ÉPREUVE

Les épreuves de la vie sont multiples et nous laissent souvent blessé(e) et sans défense : comment les traverser et avancer en prenant appui sur la parole de Dieu ?

➤ **Marie-Christine Contant et Geneviève Delhomme, accompagnatrices spirituelles**

3 jours

**du jeu 28 janvier à 18h  
au dim 31 janvier à 17h**

## VIVRE L'AVENTURE DE LA PRIÈRE EN COUPLE

Deux jours, deux nuits pour goûter à la prière à deux dans la grâce du sacrement de Mariage.

Une boîte à outils savoureuse pour s'initier ou persévérer dans la prière en couple. Un véritable "itinéraire de joie" !

➤ **Vincent et Marie-Anne Lucas, accompagnatrice spirituelle**

2 jours

**du ven 29 janvier à 20h  
au dim 31 janvier à 16h**



## PRENDRE SOIN DE NOTRE COUPLE

Prendre un temps pour notre couple, reprendre souffle en Dieu.

Relire notre histoire commune, regarder avec bienveillance notre couple aujourd'hui et nous ouvrir à demain.

➤ **Patrick et Bénédicte Boisseau, cvx, Catherine et Patrick Ernst, cvx**

2 jours

**du sam 6 mars à 9h  
au dim 7 mars à 17h**

## LA RETRAITE : UN NOUVEAU CAP POUR NOTRE COUPLE !

Parce que la retraite est une étape clé pour la vie de couple : une journée pour renouveler l'élan, et ré-enchanter sa vie à deux.

Cette session est organisée par Fondacio et le centre Saint-Hugues.

Contact et renseignements : [vcerbelaud@gmail.com](mailto:vcerbelaud@gmail.com)

➤ **Fondacio**

1 jour

**jeu 18 mars  
de 9h à 17h30**

## TRAJET D'ÉVANGÉLISATION DES PROFONDEURS

4 week-ends

Saint-Hugues accueille l'association Bethasda qui propose à ceux qui le souhaitent un chemin de vérité sur leur histoire par la Parole de Dieu, la réalité de l'incarnation et les apports des sciences humaines.

Renseignements et inscription auprès de l'association Bethasda : [www.bethasda.org](http://www.bethasda.org)

du vendredi 19 h au dimanche 17 h

**19 - 21 mars**

**11 - 13 juin**

**25 - 27 septembre (2027)**

**19 - 21 novembre (2027)**

➤ **Bethasda**

## MIEUX VIVRE AVEC MON ADO

Prendre un temps de recul, relire son vécu de parent d'ado et échanger avec d'autres sur ses joies et ses difficultés, mieux comprendre ce qui se joue, repérer des points d'attention.

Se laisser inspirer par la liberté et l'espérance du Christ. Faire un pas de plus sur son propre chemin de vie, au côté de son adolescent.

➤ **Cécile et Jean-François Poisson, cvx, parents et Colette Boillot, cvx, thérapeute conjugale et familiale**

1 jour

**sam 3 avril  
de 9h30 à 17h**

## TRANSMETTRE À NOS PETITS-ENFANTS : QUOI ? COMMENT ?

Comment partager ses valeurs à ses petits-enfants ? En témoigner ? Comment comprendre leur vision du monde et leurs choix ?

Cette session est organisée par Fondacio et le centre Saint-Hugues.

Contact et renseignements : [vcerbelaud@gmail.com](mailto:vcerbelaud@gmail.com).

➤ Fondacio

1 jour

mar 11 mai  
de 9h à 17h30

## QUAND LES ENFANTS S'EN VONT : UNE NOUVELLE ÉTAPE POUR NOTRE COUPLE !

Deux jours pour échanger avec d'autres couples et se projeter dans une nouvelle étape de vie.

Cette session est organisée par Fondacio et le centre Saint-Hugues.

Contact et renseignements : [vcerbelaud@gmail.com](mailto:vcerbelaud@gmail.com)

➤ Fondacio

2 jours

du sam 22 mai à 9h30  
au dim 23 mai à 16h

## DIACRE ET ÉPOUSE : UNE RETRAITE EN COUPLE !

Relire sa vie et sa mission de diacre ou d'épouse de diacre à la lumière de la Parole de Dieu et de la vie du Christ serviteur, selon une démarche s'inspirant de la spiritualité ignatienne ainsi que de celle des Équipes Notre-Dame, en partant du point où en est chaque personne.

Articulation entre sacrement du mariage et sacrement de l'ordre dans la vie de chacun.

➤ Anne et Vincent Perron, Pauline Thubert, Brigitte et Denis Pellet-Many, membres du Réseau des Diacres Ignatiens (RDI), formés à l'accompagnement spirituel

5 jours

du dim 23 mai à 18h  
au sam 29 mai à 9h

## RETRAITE POUR COUPLES

Dans la tendresse et la miséricorde du Père. Fonder en Lui notre vie de couple.

➤ Monique Maréchal, sœur de la Providence de Ruillé-sur-Loir, Colette et Laurent Boillot, cvx et diacre, Catherine et Patrick Spriet, Équipes Notre Dame

3 jours

du mar 20 juillet à 18h  
au sam 24 juillet à 9h

## PRIER, RANDONNER, DIALOGUER EN COUPLE

Retraite itinérante de refuge en refuge (en Queyras ou Vanoise) pour couples de bons marcheurs : mariés, non mariés, remariés. Redécouvrir, par la randonnée et le dialogue, l'essentiel fondateur de notre couple et mettre nos échanges sous le regard de Dieu.

Une des deux sessions est ouverte aux couples de même sexe (détails à venir sur le site début 2027). Il n'est pas nécessaire que les deux conjoints soient chrétiens.

➤ Deux couples et un prêtre

4 jours

du dimanche matin  
au jeudi après-midi  
25 - 29 juill  
1 - 5 août

## CÉLIBATAIRE, ET APRÈS ?

Marcher en montagne, réfléchir, prier et partager avec d'autres célibataires sur sa vie, son désir d'aimer et d'être aimé. Randonnées en montagne à partir d'un gîte au Casset dans le massif des Ecrins. 35-55 ans.

➤ Une équipe

6 jours

du dim 15 août à 18h  
au dim 22 août à 10h

### Connaissance de soi, relation à l'autre

## ENNÉAGRAMME - DÉCOUVERTE

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. Découvrir son type ennéagramme.

➤ Norbert Mallet et Eva Van den Kerchove, formateurs

2 jours

du sam 28 novembre à 9h  
au dim 29 novembre à 17h

## COMMENT MIEUX VIVRE LES RELATIONS AU QUOTIDIEN ?

Commencer une nouvelle année ! Décider de la rendre plus belle en découvrant une manière différente d'être en relation avec soi et les autres grâce au processus de Communication Non Violente (CNV).

➤ Fabienne Ramirez, formatrice en Communication Non Violente et Xavier Jacquemet, diacre

2 jours

du ven 8 janvier à 18h  
au dim 10 janvier à 17h

## ENNÉAGRAMME - APPROFONDISSEMENT

Découvrir son sous-type. Pour les personnes ayant déjà suivi le module découverte.

➤ Norbert Mallet et Eva Van den Kerchove, formateurs

2 jours

du sam 29 mai à 9h  
au dim 30 mai à 17h

## ENNÉAGRAMME POUR COUPLES

Vivre l'ennéagramme en couple pour s'aimer toujours plus. Pour tout couple connaissant déjà bien l'ennéagramme, c'est à dire ayant déjà suivi une session de découverte ET une session d'approfondissement.

► Agnès et Jean-Luc Gosselin, formateurs Ennéagramme et membres de Vivre et Aimer

2 jours

du sam 26 juin à 9h  
au dim 27 juin à 17h



### ACCOMPAGNEMENT DANS LA VIE PAROLE ET CRÉATIVITÉ

Cf Une journée à Saint-Hugues p 6

### HALTE SPIRITUELLE POUR DES ASSOCIATIONS OU GROUPES DE PERSONNES EN PRÉCARITÉ OU EN FRAGILITÉ

### LE NOUVEL AN DES 30-45 ANS

Cf Retraites autrement p 18

### PRIER, MARCHER, CHANGER

Cf Retraites en montagne p 26

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

### L'APPEL DES CIMES 18-30 ANS

### PRÉPARONS NOTRE MARIAGE

### MA VIE AFFECTIVE, AVANCER EN CONFIANCE

Cf Jeunes adultes p 37

### ÉCO-SPIRITUALITÉ : S'ANCER DANS L'ESPÉRANCE

### VIVRE LAUDATO SI EN FAMILLE

Cf Écologie p 44

# JEUNES ADULTES



## CHOIX DE VIE 18-30 ANS

J'ai une décision importante à prendre : un choix de vie (mariage, sacerdoce, vie consacrée...) ou une décision majeure pour la suite de mon existence (orientation professionnelle, vie affective...).

10 jours de retraite accompagnée individuellement pour me mettre à l'écoute du Seigneur.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

10 jours

du premier jour 18h au dernier jour 9h  
**lun 5 - ven 16 oct**  
**lun 4 - ven 15 janv**  
**lun 8 - ven 19 mars**  
**mer 5 - dim 16 mai**  
**lun 14 - ven 25 juin**  
**ven 31 juill - mar 11 août**

## ESSAYER LES EXERCICES SPIRITUELS - 18-30 ANS

Je fais du sport pour prendre soin de mon corps. Et si je prenais soin de mon âme ?

Une retraite de 3 jours pleins pour accueillir le Christ, cultiver mon lien à lui et apprendre à prier à partir de la Parole de Dieu.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

2 jours

du premier jour 18h au dernier jour 9h  
**sam 24 - mer 28 oct**  
**mer 24 - dim 28 févr**  
**sam 17 - mer 21 avr**  
**mar 6 - sam 10 juill**  
**ven 16 - mar 20 juill**  
**mer 11 - dim 15 août**

## MA VIE AFFECTIVE, AVANCER EN CONFIANCE

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 ?

20 - 35 ans.

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

4 jours

**du mer 28 octobre à 18h**  
**au dim 1 novembre à 14h**

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

Sommes-nous faits l'un pour l'autre ? Nous sommes ensemble depuis quelques mois, voire quelques années, mais nous hésitons à nous engager. Un temps à deux pour faire le point sur notre histoire, accueillir nos différences et envisager l'avenir.

► Cécile et Jean-François Poisson, cvx,  
 Daniel Desouches, jésuite

2 jours

du samedi 9h au dimanche 17h  
**7 - 8 nov**  
**5 - 6 juin**



## PRÉPARONS NOTRE MARIAGE

Nous avons décidé ou nous envisageons de nous marier à l'Église et nous souhaitons prendre du temps pour donner à cet engagement toute sa profondeur, quelle que soit notre foi.

► Une équipe de deux couples et un prêtre ou un diacre

2 jours

du vendredi 19h au dimanche 17h  
**27 - 29 nov**  
**22 - 24 janv**  
**2 - 4 avr**  
**21 - 23 mai**  
**25 - 27 juin**

## RETRAITE EN MONTAGNE 18-30 ANS

Retraite en silence au rythme de la randonnée. 4 à 5 heures de marche par jour sur 400 à 600 mètres de dénivelé.

Un temps pour vivre une aventure spirituelle selon les Exercices spirituels, avec accompagnement individuel.

Des temps de partage en petits groupes.

Deux groupes prévus sur la retraite : 18-30 et 30-45 ans. Même lieu avec temps en sous-groupes spécifiques.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

**du sam 13 février à 18h**  
**au sam 20 février à 9h**

## L'APPEL DES CIMES 18-30 ANS

Enfiler mes chaussures et me mettre en route. Avec d'autres m'autoriser à rêver l'avenir en grand. Oser viser haut et me dépasser. Entendre résonner, comme l'écho, l'appel de Dieu pour moi dans ce monde.

► Corinne Many, cvx et une équipe

3 jours

**du sam 15 mai à 10h**  
**au lun 17 mai à 16h**



### RETRAITE ARAVIS 20-40 ANS

Vivre une aventure spirituelle selon les Exercices spirituels au rythme de la randonnée.

Goûter le silence, marcher avec d'autres et être accompagné(e) personnellement dans un chemin de foi.

6 à 7 heures de marche par jour, 500 à 800 mètres de dénivelé.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels

6 jours

du sam 7 août à 18h  
au sam 14 août à 9h

### RÉVISIONS À LA CARTE

Préparer un concours ou un examen au calme dans un lieu propice à la concentration.

Bénéficier d'un grand parc face aux montagnes pour se détendre et s'aérer.

Savourez de bons repas préparés avec amour !

Possibilité de venir en groupe ou en individuel.

► Renseignements et inscription : [accueil@sainthugues.fr](mailto:accueil@sainthugues.fr)

dates de votre choix  
et selon nos disponibilités

### L'ARRIVÉE DU PREMIER ENFANT, UN BOULEVERSEMENT POUR LE COUPLE ?

cf Accompagner la vie p 29

### AMAR ET CONSTRUIRE AMAR Y SERVIR - SEMAINE AMAR Y SERVIR - WEEK-END

cf Bénévolat p 50

# VIE PROFESSIONNELLE



## JOURNÉE OFF POUR LES PRO

Une journée de pause quatre fois dans l'année pour prendre du recul sur sa vie professionnelle, au rythme des saisons.

Il est possible de participer à l'ensemble des journées ou à l'une ou l'autre, occasionnellement.

► Un binôme coach professionnel et accompagnatrice ou accompagnateur spirituel

1 jour

le vendredi de 9h30 à 17h  
**25 sept, 4 déc,  
19 mars, 25 juin**

## ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL, "BURN OUT", COMMENT REBONDIR ?

Session destinée à des personnes qui « n'en peuvent plus », veulent comprendre ce qui leur arrive et souhaitent trouver une nouvelle dynamique de vie, éclairée par la Parole de Dieu.

► Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs spirituels sensibilisée à ces questions

3 jours

du lundi 18h au vendredi 9h  
**16 - 20 nov  
18 - 22 janv  
8 - 12 mars**

## ÉQUILIBRE VIE PRO / VIE PERSO

Session destinée à des personnes qui s'interrogent sur leur rythme vie pro / vie perso et souhaitent en améliorer l'équilibre.

► Béatrice Castaing, coach professionnelle et Guy Delage, jésuite

3 jours

**du ven 22 janvier à 9h30  
au dim 24 janvier à 16h30**

## FORMATION AU LEADERSHIP À L'ÉCOUTE DE L'ESPRIT

Pour toute personne (salarié(e), bénévole, prêtre, religieux, religieuse...), en situation d'animation d'équipe dans un lieu ou mouvement d'Eglise, qui souhaite se développer de manière unifiée dans sa posture professionnelle et sa vie spirituelle.

Module 1 : ancrage personnel et relations interpersonnelles  
Module 2 : enjeux de dynamique collective

► Caroline Lambert, facilitatrice et cofondatrice de Syn'occo - Bénédicte Boisseau, cvx

2 fois 3 jours

2 modules de 3 jours chacun,  
du lundi 9h30 au mercredi 17h  
**25 - 27 janv  
ET 31 mars - 2 avr**

## VIE PRO : J'AI UNE DÉCISION À PRENDRE

Une session pour avancer sur le chemin d'une prise de décision personnelle, libre et éclairée, en s'appuyant sur les outils de discernement de la spiritualité ignatienne et des outils de coach.

► Isabelle Pot, coach professionnelle et Jean-Yves Blanc, cvx, accompagnateur spirituel

3 jours

**du ven 12 mars à 9h30  
au dim 14 mars à 16h30**

## PRIER MARCHER ET DISCERNEMENT PRO

Un temps de détente fait de prière et de marche en montagne le matin et d'une démarche structurée l'après-midi et en début de soirée, pour discerner les caractéristiques principales de sa vocation et identifier des pistes pour la vivre dans un cadre professionnel.

► Dominique Arrighi, consultant, cvx et Emmanuel Romatet, cvx ou Delphine Bresson-Pelletier, coach et formatrice

6 jours

du samedi 18h au samedi suivant 9h  
**6 - 13 févr (hiver)  
3 - 10 juill (été)**

## RELIRE SA VIE PRO

Une session pour découvrir et accueillir où on en est dans sa vie professionnelle avec l'appui de l'outil ignatien de la relecture, pour prendre de la distance par rapport au quotidien, pour relire son expérience professionnelle passée, pour prendre un nouveau départ.

► Un binôme coach professionnel et accompagnateur spirituel

3 jours

**du ven 30 avril à 9h30  
au dim 2 mai à 16h30**

## SAINT-HUGUES ACCUEILLE VOTRE SÉMINAIRE, FORMATION OU JOURNÉE DE COHÉSION D'ÉQUIPE

Venir dans un cadre porteur de sens pour votre formation ou votre séminaire, prendre un temps de travail ou de cohésion d'équipe.

À disposition : différentes salles de réunion, une restauration et des pauses de qualité, du matériel adapté pour vos séances de travail, des chambres, un parc de 13 hectares.

Possibilité sur demande : d'une ouverture sur la dimension écologique du centre, d'ateliers divers (fabrication de pain, atelier cuisine), d'un temps de cohésion d'équipe dans le parc ou le potager en permaculture, de l'animation par un coach proche de Saint-Hugues d'un temps de réflexion sur un sujet particulier...

► Renseignements et contact :  
Carole de Montal, accueil1@sainthugues.fr ou 04 76 90 35 97

### MES PRATIQUES QUODITIENNES À LA LUMIÈRE DE LAUDATO SI

1 jour

Une journée pour relire à la lumière de Laudato Si nos pratiques autour du numérique et de l'alimentation. Et s'engager concrètement et simplement dans une conversion pour la sauvegarde notre maison commune.

**sam 3 octobre  
de 9h30 à 17h**

➤ Membres de la CVX

### ÉCO-SPIRITUALITÉ : S'ANCRER DANS L'ESPÉRANCE

4 jours

Nous vivons des temps d'incertitude radicale, tissés d'espoir et de désespoir, qui nous questionnent sur le sens de la Vie sur Terre et notre place dans la Création.

**du mer 7 avril à 18h  
au dim 11 avril à 16h30**

Avec la dynamique du Travail qui Relie, enraciner notre espérance en Christ et dynamiser nos engagements d'écologie intégrale.

➤ Elisha Papillon, intervenante "Travail qui relie", et Hélène Roy, accompagnatrice spirituelle

### RETRAITE LAUDATO SI EN MONTAGNE

6 jours

À la suite de l'encyclique Laudato Si, prendre soin des liens avec soi-même, la création, les autres et Dieu.

**du sam 24 avril à 18h  
au sam 1 mai à 9h**

Marche en montagne, contemplation, simplicité, silence, prière, partage, joie.

➤ Hélène Lathuraz, animatrice pour l'écologie intégrale et Guy Delage, jésuite

### VIVRE LAUDATO SI' EN FAMILLE

4 jours

Une session en famille pour avancer dans la conversion écologique et partager ce chemin avec d'autres.

**du jeu 6 mai à 11h30  
au dim 9 mai à 15h30**

En partenariat avec la Pastorale des familles de la Compagnie de Jésus.

➤ Une équipe de couples

### AVEC DE LA TERRE ENTRE LES MAINS

2 jours

Prendre de la terre au creux de ses mains, non pour « faire » quelque chose, mais pour « être avec ». La terre nous travaille plus que nous ne la travaillons. Elle nous rejoint dans notre humanité et nous ouvre à une disponibilité nouvelle à la Parole de Dieu.

**du sam 22 mai à 9h30  
au dim 23 mai à 17h**

➤ Brigitte Van Dorpe et une équipe



## MARCHE DU TEMPS PROFOND

Une marche pour traverser les 4,6 milliards d'années de l'évolution de la Terre et du vivant, suivie d'un temps en petits groupes pour relire cette expérience à la lumière de Laudato Si.

➤ Membres de la CVX

1 jour

sam 29 mai  
de 9h30 à 16h

## ZUNDEL, PROPHÈTE DE L'ÉCOLOGIE INTÉGRALE

S'ouvrir à l'écologie intégrale par la spiritualité franciscaine de Maurice Zundel

➤ Claire Bellet-Odent, théologienne, membre des Amis de Maurice Zundel - France et une équipe

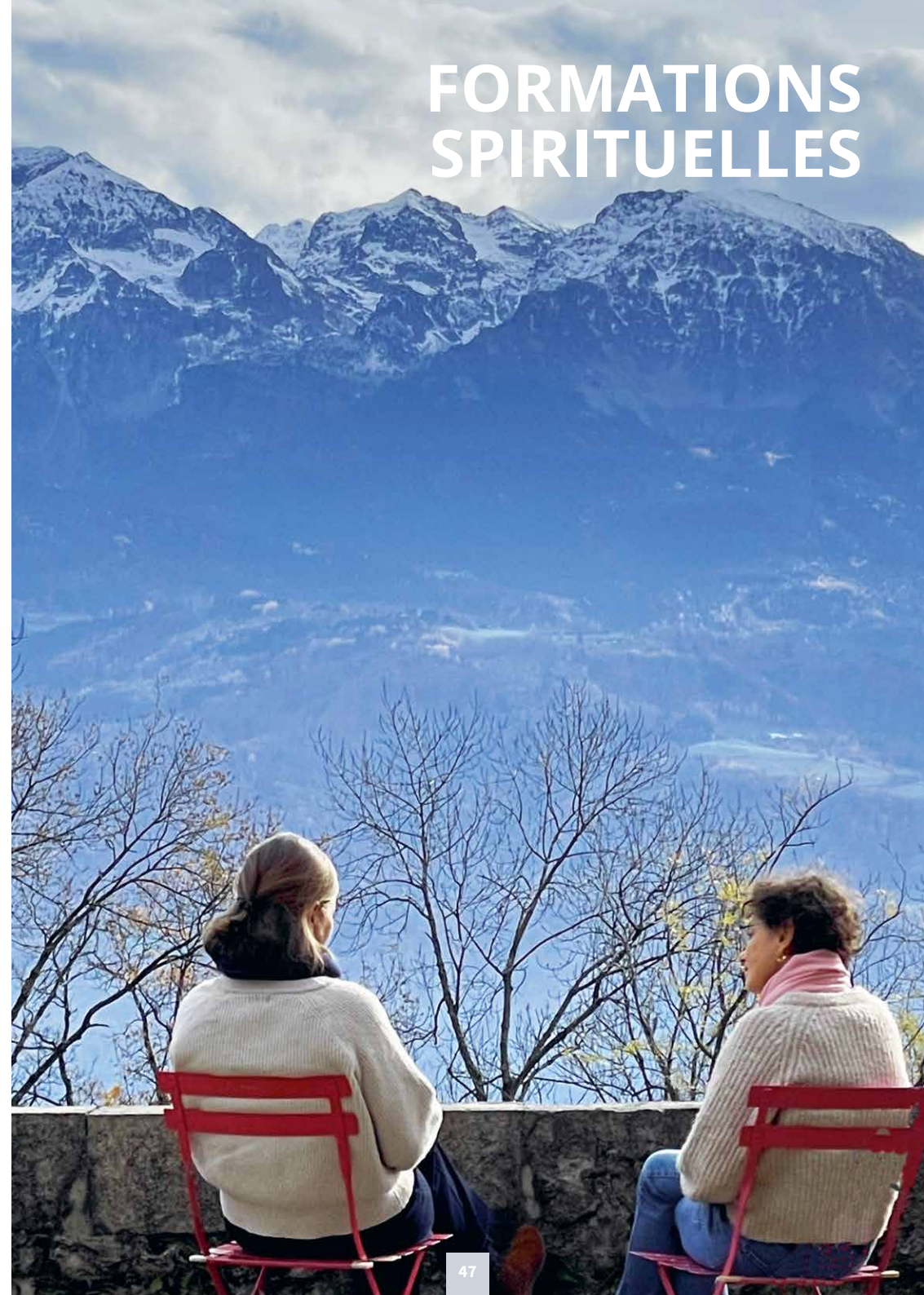
5 jours

du lun 16 août à 15h  
au sam 21 août à 15h

AMAR ET JARDINER - JOURNÉE  
AMAR ET JARDINER - SEMAINE

Cf Bénévolat p 50

# FORMATIONS SPIRITUELLES



## REPÈRES POUR L'ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL



1 jour

Formation continue pour toute accompagnatrice ou accompagnateur spirituel, d'ores et déjà en exercice.

le samedi  
de 9h30 à 16h30

Trois journées en visioconférence, chacune dupliquée une fois, proposées en collaboration par les centres spirituels du Châtelard, du Cénacle et de Saint-Hugues.

Prix unique pour chacune et chacun : 20€.

Les thèmes abordés seront :

- LA RELECTURE : un trésor de la spiritualité ignatienne. À revisiter sans cesse !  
 ▶ Thierry Anne, jésuite et Rachel Guillien, sœur du Sacré Cœur (Le Châtelard) **10 oct et 23 janv**
- LE COMBAT SPIRITUEL EN RETRAITE : comment aider l'accompagné(e) aux prises avec le combat spirituel ?  
 ▶ Laurence Nannarone et Lydia Vauthier, sœurs de ND du Cénacle (Le Cénacle) **21 nov et 13 mars**
- Comment ACCOMPAGNER EN RETRAITE L'ÉTAPE DU PÉCHÉ ?  
 ▶ Béatrice Piganeau, cvx et Michel Le Poulichet, cvx (Saint-Hugues) **5 déc et 3 avr**

## FORMATION À L'USAGE DES FIGURINES BIBLIQUES

1 jour

Avez-vous déjà osé utiliser ces figurines bibliques que l'on trouve ici ou là à Saint-Hugues ? Ce sont des outils précieux qui permettent d'aborder une situation de façon différente. Venez vous initier à un savoir-faire à visée spirituelle.

mer 19 mai  
de 14h à 18h

Pour les accompagnatrices et accompagnateurs, animatrices et animateurs de retraite à Saint-Hugues.

▶ Brigitte Van Dorpe

## ANIMATION DE CONVERSATION DANS L'ESPRIT

2 jours

Se former à faciliter l'écoute, la parole et la décision dans un groupe d'Église. Animer une "Conversation dans l'Esprit" et conduire un processus de décision en commun pour des petits groupes d'Église.

du sam 19 juin à 9h30  
au dim 20 juin à 16h30

WE pour animateurs et responsables de groupes d'Église, ou toute personne désireuse de se mettre au service d'un groupe.

▶ Une équipe d'accompagnatrices et accompagnateurs cvx, ESDAC, coach : Thierry Demars, Marie-Colette Lalire, Béatrice et Olivier Piganeau



## STRUCTURE ET DYNAMIQUE DES EXERCICES SPIRITUELS

8 jours

Cette session s'adresse aux accompagnateurs spirituels ignatien, ainsi qu'à ceux qui désirent approfondir leur expérience des Exercices.

du sam 10 juillet à 9h30  
au sam 17 juillet à 16h30

▶ Daniel Desouches, jésuite  
et Marie-Agnès Bourdeau, cvx

## LE RÉCIT D'IGNACE, UNE INITIATION AU DISCERNEMENT

Cf Retraites autrement p 18

### AMAR ET JARDINER - JOURNÉE

Une journée de bénévolat dans le parc de Saint-Hugues alliant le jardinage en équipe et des temps spirituels.

➤ Une équipe

1 jour

le mercredi de 9h à 16h30  
**14 oct, 11 nov, 13 janv, 10 févr,**  
**10 mars, 7 avr, 16 juin**

### CONFECTION DE FIGURINES BIBLIQUES

Un peu d'apprentissage, de créativité et beaucoup de bonne humeur !

Un jour et demi de bénévolat où nous apprendrons à confectionner ces personnages bibliques que vous apercevez ici où là à Saint-Hugues.

➤ Brigitte Van Dorpe

1 jour 1/2

**du mar 18 mai à 9h30**  
**au mer 19 mai à 12h30**

### FÊTE DES BÉNÉVOLES

Une journée pour se retrouver et célébrer la joie d'être ensemble au service à Saint-Hugues : messe, déjeuner puis temps convivial.

➤ L'équipe salariée de Saint-Hugues

1 jour

**dim 17 janvier**  
de 11h à 16h

### AMAR Y SERVIR - WEEK-END

Un week-end de bénévolat au cœur de la vie de Saint-Hugues, alliant service (ménage, service de table et plonge), vie d'équipe, temps spirituels et moments de détente.

2 jours

Tous les week-end hors vacances scolaires, zones A B et C  
**du vendredi 18h au dimanche 15h**

### FORMATION DES RESPONSABLES DE WEEK-END À SAINT-HUGUES

Se rencontrer entre responsables de week-end, échanger, se former, partager la façon de vivre ce service.

➤ L'équipe salariée de Saint-Hugues

2 jours

**du mar 13 octobre à 11h**  
**au mer 14 octobre à 16h**

### AMAR ET JARDINER - SEMAINE

Une semaine de bénévolat dans le parc de Saint-Hugues alliant jardinage, vie d'équipe, temps spirituels, moments de détente et de partage.

➤ Une équipe

5 jours

du dimanche 18h au samedi 9h  
**13 - 19 sept**  
**23 - 29 mai**

## AMAR ET CONSTRUIRE

5 jours

Une semaine de bénévolat à Saint-Hugues alliant travaux d'aménagement intérieur et extérieur, vie d'équipe, temps spirituels, moments de détente et de partage.

➤ Une équipe

du dimanche 18h au vendredi 14h  
**20 - 25 sept**  
**17 - 22 janv**  
**30 mai - 4 juin**

## AMAR Y SERVIR - SEMAINE

7 jours

Une semaine de bénévolat au cœur de la vie de Saint-Hugues, alliant service (ménage, service de table et plonge), vie d'équipe, temps spirituels et moments de détente.

➤ Une équipe

du premier jour 12h au dernier jour 15h

**sam 17 - sam 24 oct**

**sam 25 oct - dim 1<sup>er</sup> nov** (8 jours)

**dim 27 déc 2025 - dim 3 janv**

**sam 6 - sam 13 févr**

**sam 13 - sam 20 févr**

**sam 20 - sam 27 févr**

**sam 27 févr - dim 7 mars** (8 jours)

**sam 3 - sam 10 avr**

**sam 10 - sam 17 avr**

**sam 17 - sam 24 avr**

**sam 24 avr - dim 2 mai** (8 jours)

**sam 3 - sam 10 juill**

**sam 10 - sam 17 juill**

**sam 17 - sam 24 juill**

**sam 24 - sam 31 juill** (Chant)

**sam 31 juill - sam 7 août**

**sam 7 - sam 14 août**

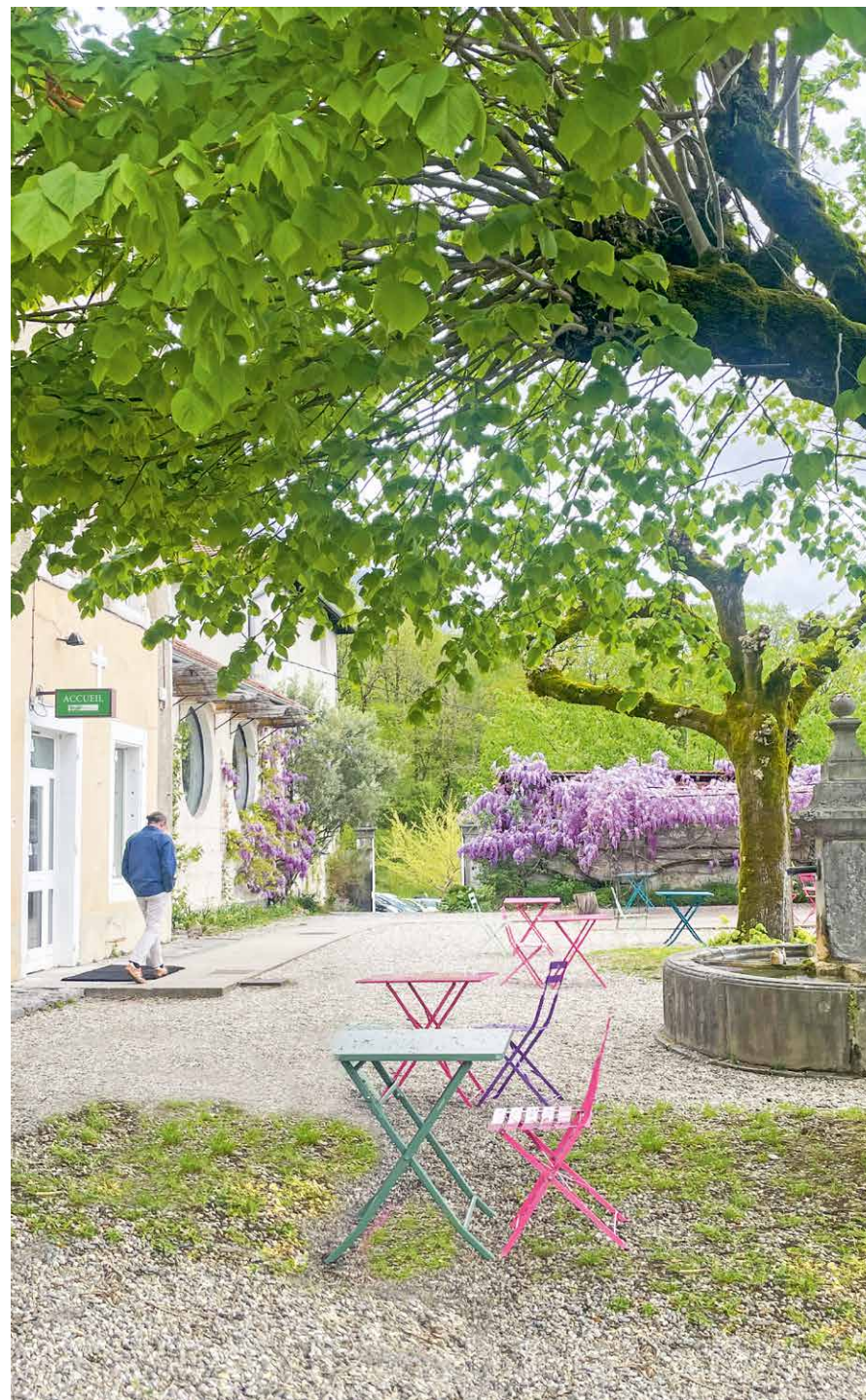
**sam 14 - sam 21 août**

**sam 21 - sam 28 août**



## FORMATION À L'USAGE DES FIGURINES BIBLIQUES

Cf Formations spirituelles p 47



# PARTENARIATS

## DANS LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



## DANS LES PROPOSITIONS DU PROGRAMME



## DANS LES PROJETS



# LES CENTRES SPIRITUELS IGNATIENS

## Centres spirituels CVX :

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

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

## Centres jésuites :

**La Pairelle**  
Namur, Belgique  
www.csilapairelle.be

**Penboc'h**  
Arradon, 56  
www.penboch.fr

**Manrèse**  
Clamart, 92  
www.manrese.com

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

**Les Coteaux-Pais**  
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-sophie-barat.com

**Maison de prière Sainte-Ursule**  
Tours, 37  
www.lamaisondepriere.fr

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

**Maison Saint-Joseph**  
Vanosc, 07  
stjosephvanosc.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
- Parcours d'enracinement spirituel pour habiter la terre
- Accompagnement spirituel personnel



Plus d'information sur le site :

[https://www.diocese-grenoble-vienne.fr/chemin\\_ignatien.html](https://www.diocese-grenoble-vienne.fr/chemin_ignatien.html)

# RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

## INSCRIPTIONS

Inscriptions sur [www.sainthugues.fr](http://www.sainthugues.fr) (arrhes non remboursables)

## PARTICIPATION AUX FRAIS

**PENSION COMPLÈTE** : 59,50 € par jour.

**FRAIS D'INSCRIPTION ET DE MÉNAGE** par séjour et par chambre : 10 à 20 €

**ANIMATION ET ACCOMPAGNEMENT** : 27 €

Trois tarifs proposés :

- Tarif de soutien + 20 % : j'aide Saint-Hugues à accueillir tout le monde.
- Tarif de base : je participe au plus juste aux frais de la retraite.
- Tarif réduit - 20 % : le montant que je suis en mesure de payer à ce moment de ma vie.

Le coût ne doit pas être un obstacle. N'hésitez pas à en parler à l'accueil.

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

## DIVERS

**APPORTER** : draps (possibilité de location à 10 €), 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.

**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.

**BON À SAVOIR** : Le centre ne dispose pas d'ascenseur et les chambres sont en étages.

## 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. Suivre les flèches « Saint-Hugues ».

**Covoiturage à consulter sur internet : [togetzer.sainthugues.de.biviers](http://togetzer.sainthugues.de.biviers)**

### • DEPUIS LA GARE DE GRENOBLE :

**Bus C1** direction Monbonnot Saint-Martin, arrêt "La Revirée" (11 arrêts)

Puis **bus 80** direction "Crolles", arrêt "Avenue du Général de Gaulle"  
Ou

**Bus 86** direction Allevard / Arrêt "Pré de l'eau" (6 arrêts)

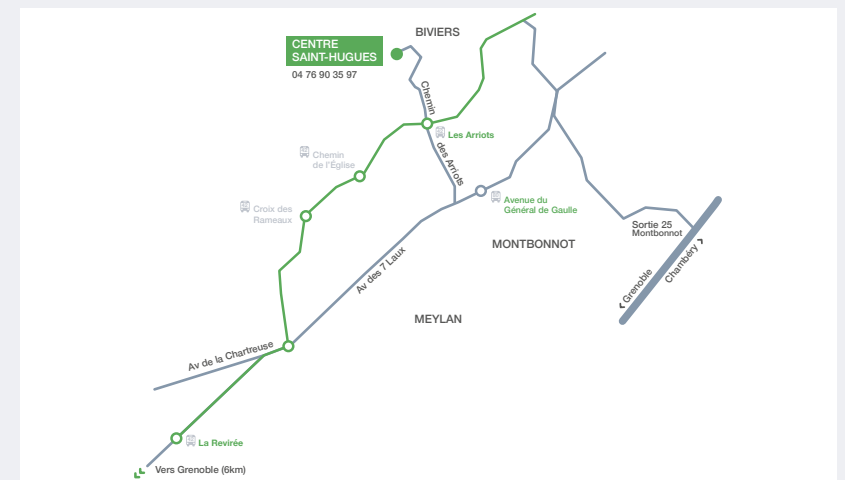
puis **Bus 42** direction Meylan / Arrêt "Les Arriots" (7 arrêts)

Des "Arriots", terminez à pied, 18 min, 760 mètres pour la montée finale ou téléphonez au centre, on vient vous chercher (ATTENTION, seulement aux heures d'ouverture de l'accueil : 9h - 12h30 et 14h - 18h).

**Pour un trajet adapté et optimisé** : <https://www.reso-m.fr/7-itineraire.htm>

• **EN TAXI** : La seule solution après 18h.

• **À VÉLO** : 50 mn depuis la gare de Grenoble et 250 m de dénivelé.



# CALENDRIER 2026-2027

DATES	TITRE	DURÉE	
<b>SEPTEMBRE 2026</b>			
Ven 4 - Dim 6	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Dim 6 - Dim 13	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
Ven 11 - Dim 13	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Dim 13 - Sam 19	Amar et jardiner - Semaine	5 jours	51
Dim 13	Messe autrement	1 heure	7
Ven 18 - Dim 20	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Ven 18	Atelier d'écriture	Matinée	7
Ven 18	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
Sam 19	Atelier d'écriture	Matinée	7
Dim 20 - Ven 25	Amar et construire	5 jours	52
Dim 20 - Dim 27	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
Ven 25 - Dim 27	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Ven 25	Journée off pour les pro - automne	1 jour	42
Mer 30 - Sam 31 oct	Exercices spirituels en 30 jours	30 jours	17
<b>OCTOBRE</b>			
Ven 2 - Dim 4	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Sam 3 - Dim 4	L'arrivée du premier enfant, un bouleversement pour le couple ?	2 jours	30
Sam 3 - Dim 4	Halte spirituelle	2 jours	12
Sam 3	Mes pratiques quodotidiennes à la lumière de Laudato Si	1 jour	45
Dim 4	Messe autrement	1 heure	7
Dim 4 - Dim 11	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
Lun 5 - Ven 16	Avance en eau profonde	10 jours	16
Lun 5 - Ven 16	Choix de vie - 18-30 ans	10 jours	38
Mar 6	Parole et Créativité	1 jour	7
Jeu 8	À l'écoute des priants de la Bible	1/2 journée	7
Ven 9 - Dim 11	Amar y servir - Week-end	3 jours	51
Ven 9	Atelier d'écriture	Matinée	7
Ven 9	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
Sam 10	Atelier d'écriture	Matinée	7

Sam 10	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	48
Lun 12	Journée oasis	1 jour	8
Mar 13 - Mer 14	Formation des responsables de week-end à Saint-Hugues	2 jours	51
Mer 14	Amar et jardiner - Journée	1 jour	51
Ven 16	Pèlerin du vendredi	1 jour	8
Ven 16 - Dim 25	Revivre par le jeûne	8 jours	19
Sam 17 - Sam 24	Amar y servir - Semaine	7 jours	51
Sam 17 - Sam 24	Prier, marcher, souffler	6 jours	30
Sam 17 - Sam 24	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
Sam 24 - Dim 1	Amar y servir - Semaine	8 jours	51
Sam 24 - Mer 28	Essayer les Exercices spirituels - 18-30 ans	3 jours	38
Sam 24 - Mer 28	Initiation aux Exercices spirituels	3 jours	15
Sam 24 - Sam 31	Prier, marcher, partager - Automne	6 jours	27
Sam 24 - Sam 31	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
Mer 28 - Dim 1	Ma vie affective, avancer en confiance	4 jours	38
<b>NOVEMBRE</b>			
Mar 3	Parole et Créativité	1 jour	7
Ven 6 - Dim 8	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Sam 7 - Dim 8	Est-ce bien lui ? Est-ce bien elle ?	2 jours	38
Sam 7 - Mer 11	Ouvrir un chemin de pardon	4 jours	30
Dim 8	Messe autrement	1 heure	7
Dim 8 - Dim 15	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
Lun 9	Journée oasis	1 jour	8
Mer 11	Amar et jardiner - Journée	1 jour	51
Ven 13 - Dim 15	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Lun 16 - Ven 20	Épuisement professionnel, "burn out", comment rebondir ?	3 jours	42
Ven 20 - Dim 22	Aimer dans la durée	2 jours	30
Ven 20 - Dim 22	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
Ven 20	Atelier d'écriture	Matinée	7
Ven 20	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
Ven 20	Pèlerin du vendredi	1 jour	8
Sam 21	Atelier d'écriture	Matinée	7
Sam 21	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	48
Dim 22 - Dim 29	Retraite à la carte	3 jours minimum	15

<b>Ven 27 - Dim 29</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 27 - Dim 29</b>	Devenir libre à la suite de Maurice Zundel	2 jours	12
<b>Ven 27 - Dim 29</b>	Préparons notre mariage	2 jours	39
<b>Sam 28 - Dim 29</b>	Ennéagramme - Découverte	2 jours	35

## DÉCEMBRE

<b>Mar 1</b>	Parole et Créativité	1 jour	7
<b>Jeu 3</b>	La retraite : un regard neuf sur ma vie !	3 journées	31
<b>Ven 4 - Dim 6</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 4</b>	Journée off pour les pro - hiver	1 jour	42
<b>Sam 5 - Dim 6</b>	Accompagner un proche dans le grand âge	2 jours	31
<b>Sam 5</b>	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	48
<b>Dim 6</b>	Fête de la famille ignatienne de l'Isère	1 jour	9
<b>Dim 6</b>	Messe autrement	1 heure	7
<b>Dim 6 - Dim 13</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Jeu 10</b>	À l'écoute des priants de la Bible	1/2 journée	7
<b>Ven 11 - Dim 13</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 11</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Ven 11</b>	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
<b>Sam 12</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Sam 12 - Dim 13</b>	Chemin d'espérance après une séparation ou un divorce	2 week-ends	31
<b>Lun 14</b>	Journée oasis	1 jour	8
<b>Dim 27 - Dim 3</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Dim 27 - Dim 3</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Mar 29 - Sam 2</b>	Le nouvel an des 30-45 ans	4 jours	19

## JANVIER 2027

<b>Lun 4 - Ven 15</b>	Avance en eau profonde	10 jours	16
<b>Lun 4 - Ven 15</b>	Choix de vie - 18-30 ans	10 jours	38
<b>Lun 4 - Ven 15</b>	Exercices spirituels en 3 fois 10 jours	3 x 10 jours	17
<b>Mar 5</b>	Parole et Créativité	1 jour	7
<b>Jeu 7</b>	La retraite : un regard neuf sur ma vie !	3 journées	31
<b>Ven 8 - Dim 10</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 8 - Dim 10</b>	Comment mieux vivre les relations au quotidien ?	2 jours	35
<b>Dim 10</b>	Messe autrement	1 heure	7
<b>Dim 10 - Dim 17</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Lun 11</b>	Journée oasis	1 jour	

<b>Mer 13</b>	Amar et jardiner - Journée	1 jour	51
<b>Ven 15 - Dim 17</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 15</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Ven 15</b>	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
<b>Ven 15 - Dim 17</b>	Itinéraire de prière avec Etty Hillesum	2 jours	12
<b>Ven 15</b>	Pèlerin du vendredi	1 jour	8
<b>Sam 16</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Dim 17 - Ven 22</b>	Amar et construire	5 jours	52
<b>Dim 17</b>	Fête des bénévoles	1 jour	51
<b>Lun 18 - Ven 22</b>	Épuisement professionnel, "burn out", comment rebondir ?	3 jours	42
<b>Ven 22 - Dim 24</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 22 - Dim 24</b>	Équilibre vie pro / vie perso	3 jours	42
<b>Ven 22 - Dim 24</b>	Préparons notre mariage	2 jours	39
<b>Sam 23</b>	Décider en couple	1 jour	32
<b>Sam 23 - Dim 24</b>	Halte spirituelle	2 jours	12
<b>Sam 23</b>	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	48
<b>Dim 24 - Dim 31</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Lun 25 - Mer 27</b>	Formation au leadership à l'écoute de l'Esprit	2 fois 3 jours	42
<b>Jeu 28 - Dim 31</b>	Quand on est touché par une épreuve	3 jours	32
<b>Ven 29 - Dim 31</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 29 - Dim 31</b>	Vivre l'aventure de la prière en couple	2 jours	32

## FÉVRIER

<b>Lun 1 - Dim 7</b>	Vivre les psaumes par le théâtre	6 jours	19
<b>Mar 2</b>	Parole et Créativité	1 jour	7
<b>Jeu 4</b>	La retraite : un regard neuf sur ma vie !	3 journées	31
<b>Sam 6 - Sam 13</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 6 - Dim 7</b>	Chemin d'espérance après une séparation ou un divorce	2 week-ends	31
<b>Sam 6 - Sam 13</b>	Prier, marcher, partager - Hiver	6 jours	27
<b>Sam 6 - Sam 13</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Sam 6 - Sam 13</b>	Prier, marcher et discernement pro - hiver	6 jours	43
<b>Mer 10</b>	Amar et jardiner - Journée	1 jour	51
<b>Ven 12</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Ven 12</b>	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
<b>Sam 13 - Sam 20</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 13</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7

<b>Sam 13 - Sam 20</b>	Retraite en montagne - 18-30 ans	6 jours	39
<b>Sam 13 - Sam 20</b>	Prier, marcher, partager - Hiver	6 jours	27
<b>Sam 13 - Sam 20</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Sam 13 - Sam 20</b>	Retraite en montagne - 30-45 ans	6 jours	27
<b>Dim 14 - Sam 20</b>	Retraite Cinéma	5 jours	19
<b>Lun 15</b>	Retraite de Carême dans la vie	Le temps du carême	17
<b>Sam 20 - Sam 27</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 20 - Mer 24</b>	Ouvrir un chemin de pardon	4 jours	30
<b>Sam 20 - Sam 27</b>	Prier, marcher, partager - Hiver	6 jours	27
<b>Sam 20 - Sam 27</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Sam 20 - Sam 27</b>	Retraite en montagne - hiver	6 jours	27
<b>Lun 22</b>	Retraite de Carême dans la vie	Le temps du carême	17
<b>Mer 24 - Dim 28</b>	Essayer les Exercices spirituels - 18-30 ans	3 jours	38
<b>Mer 24 - Dim 28</b>	Initiation aux Exercices spirituels	3 jours	15
<b>Sam 27 - Dim 7</b>	Amar y servir - Semaine	8 jours	52
<b>Sam 27 - Ven 5</b>	Le clown au service de la foi	6 jours	19
<b>Sam 27 - Sam 6</b>	Prier, marcher, partager - Hiver	6 jours	27
<b>Sam 27 - Sam 6</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15

### MARS

<b>Lun 1</b>	Retraite de Carême dans la vie	Le temps du carême	17
<b>Mar 2</b>	Parole et Créativité	1 jour	7
<b>Ven 5 - Dim 7</b>	Prière ignatienne et méditation de pleine présence - WE	2 jours	12
<b>Sam 6 - Dim 7</b>	Prendre soin de notre couple	2 jours	33
<b>Sam 6 - Dim 7</b>	Halte spirituelle	2 jours	12
<b>Lun 8 - Ven 19</b>	Avance en eau profonde	10 jours	16
<b>Lun 8 - Ven 19</b>	Choix de vie - 18-30 ans	10 jours	38
<b>Lun 8 - Ven 12</b>	Épuisement professionnel, "burn out", comment rebondir ?	3 jours	42
<b>Lun 8 - Ven 19</b>	Exercices spirituels en 3 fois 10 jours	3 x 10 jours	17
<b>Lun 8</b>	Journée oasis	1 jour	8
<b>Lun 8</b>	Retraite de Carême dans la vie	Le temps du carême	17
<b>Mer 10</b>	Amar et jardiner - Journée	1 jour	51
<b>Ven 12 - Dim 14</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 12</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Ven 12</b>	Atelier d'écriture	Après-Midi	7

<b>Ven 12 - Dim 21</b>	Jeûner, une expérience spirituelle	8 jours	20
<b>Ven 12 - Dim 14</b>	Vie pro : j'ai une décision à prendre	3 jours	42
<b>Sam 13</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Sam 13 - Dim 14</b>	Halte spirituelle	2 jours	12
<b>Sam 13</b>	Messe autrement	1 heure	7
<b>Sam 13</b>	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	48
<b>Lun 15</b>	Retraite de Carême dans la vie	Le temps du carême	17
<b>Jeu 18</b>	À l'écoute des priants de la Bible	1/2 journée	7
<b>Jeu 18</b>	La retraite : un nouveau cap pour notre couple !	1 jour	33
<b>Ven 19 - Dim 21</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 19</b>	Journée off pour les pro - printemps	1 jour	42
<b>Ven 19</b>	Pèlerin du vendredi	1 jour	8
<b>Ven 19 - Dim 21</b>	Trajet d'Évangélisation des profondeurs	4 week-ends	33
<b>Dim 21 - Dim 28</b>	Retraite à la carte - Semaine sainte	3 jours minimum	15
<b>Lun 22</b>	Retraite de Carême dans la vie	Le temps du carême	17
<b>Jeu 25 - Dim 28</b>	Triduum pascal à Saint-Hugues	3 jours	12
<b>Ven 26 - Dim 28</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Mer 31 - Ven 2</b>	Formation au leadership à l'écoute de l'Esprit	2 fois 3 jours	42

### AVRIL

<b>Ven 2 - Dim 4</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 2</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Ven 2</b>	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
<b>Ven 2 - Dim 4</b>	Préparons notre mariage	2 jours	39
<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 3</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Sam 3</b>	Mieux vivre avec mon ado	1 jour	33
<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Prier, marcher, changer	6 jours	27
<b>Sam 3</b>	Repères pour l'accompagnement spirituel	1 jour	48
<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Mar 6</b>	Parole et Créativité	1 jour	7
<b>Mer 7 - Dim 11</b>	Éco-spiritualité : s'ancrer dans l'espérance	4 jours	45
<b>Mer 7</b>	Amar et jardiner - Journée	1 jour	51
<b>Ven 9 - Dim 11</b>	Amar y servir - Week-end	4 jours	51
<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52

<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Prier, marcher, partager - Printemps	6 jours	27
<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Dim 11 - Sam 17</b>	Le récit d'Ignace, une initiation au discernement	5 jours	20
<b>Dim 11 - Ven 16</b>	Retraite photo	5 jours	21
<b>Ven 16 - Dim 18</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Sam 17 - Sam 24</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 17 - Mer 21</b>	Essayer les Exercices spirituels - 18-30 ans	3 jours	38
<b>Sam 17 - Mer 21</b>	Initiation aux Exercices spirituels	3 jours	15
<b>Sam 17 - Sam 24</b>	Prier, marcher, partager - Printemps	6 jours	27
<b>Sam 17 - Sam 24</b>	Retraite 5 sens	6 jours	21
<b>Sam 17 - Sam 24</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Mer 21 - Sam 24</b>	Le corps chantant, un chemin vers Dieu	3 jours	21
<b>Ven 23 - Dim 25</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Sam 24 - Dim 2</b>	Amar y servir - Semaine	8 jours	52
<b>Sam 24 - Sam 1</b>	Retraite Laudato Si en montagne	6 jours	45
<b>Sam 24 - Sam 1</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Ven 30 - Dim 2</b>	Amar y servir - Week-end	2 jours	51
<b>Ven 30</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Ven 30</b>	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
<b>Ven 30 - Dim 2</b>	Relire sa vie pro	3 jours	43

## MAI

<b>Sam 1</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Dim 2 - Dim 9</b>	Retraite à la carte - Ascension	3 jours minimum	15
<b>Mar 4</b>	Parole et Créativité	1 jour	7
<b>Mer 5 - Dim 9</b>	Amar y servir - Week-end - Ascension	4 jours	51
<b>Mer 5 - Dim 16</b>	Avance en eau profonde	10 jours	16
<b>Mer 5 - Dim 16</b>	Choix de vie - 18-30 ans	10 jours	38
<b>Jeu 6 - Dim 9</b>	Vivre Laudato Si en famille	4 jours	45
<b>Jeu 6 - Dim 9</b>	Méditation silencieuse	3 jours	21
<b>Dim 9</b>	Messe autrement	1 heure	7
<b>Lun 10</b>	Journée oasis	1 jour	8
<b>Mar 11</b>	Transmettre à nos petits-enfants : quoi ? Comment ?	1 jour	34
<b>Mer 12 - Sam 15</b>	Amar y servir - Week-end - Pâques	3 jours	51
<b>Ven 14 - Lun 17</b>	Amar y servir - Week-end - Pentecôte	3 jours	51

<b>Ven 14 - Lun 17</b>	Les dons de l'Esprit à l'œuvre dans nos vies	3 jours	21
<b>Sam 15 - Lun 17</b>	L'appel des cimes - 18-30 ans	3 jours	39
<b>Sam 15 - Lun 17</b>	Danses en cercle, sur le thème du souffle	3 jours	13
<b>Dim 16 - Dim 23</b>	Retraite à la carte - Pentecôte	3 jours minimum	15
<b>Mar 18 - Mer 19</b>	Confection de figurines bibliques	1 jour 1/2	51
<b>Mer 19</b>	Formation à l'usage des figurines bibliques	1 jour	48
<b>Ven 21 - Dim 23</b>	Préparons notre mariage	2 jours	39
<b>Ven 21</b>	Pèlerin du vendredi	1 jour	8
<b>Sam 22 - Dim 23</b>	Avec de la terre entre les mains	2 jours	45
<b>Sam 22 - Dim 23</b>	Quand les enfants s'en vont : une nouvelle étape pour notre couple !	2 jours	34
<b>Dim 23 - Sam 29</b>	Amar et jardiner - Semaine	5 jours	52
<b>Dim 23 - Sam 29</b>	Diacre et épouse : une retraite en couple !	5 jours	34
<b>Sam 29 - Dim 30</b>	Ennéagramme - Approfondissement	2 jours	35
<b>Sam 29 - Dim 30</b>	Halte spirituelle	2 jours	12
<b>Sam 29</b>	Marche du temps profond	1 jour	46
<b>Dim 30 - Ven 4</b>	Amar et construire	5 jours	52
<b>Dim 30 - Ven 4</b>	Chanter pour Dieu	5 jours	22

## JUIN

<b>Mar 1</b>	Parole et Créativité	1 jour	7
<b>Ven 4</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Ven 4</b>	Atelier d'écriture	Après-Midi	7
<b>Sam 5</b>	Atelier d'écriture	Matinée	7
<b>Sam 5 - Dim 6</b>	Est-ce bien lui ? Est-ce bien elle ?	2 jours	38
<b>Sam 5 - Mer 9</b>	Exercices spirituels et Vittoz	4 jours	22
<b>Sam 5 - Dim 6</b>	Corps vivant, corps priant, corps dansant	2 jours	13
<b>Dim 6</b>	Messe autrement	1 heure	7
<b>Dim 6 - Dim 13</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Ven 11 - Dim 13</b>	Trajet d'Évangélisation des profondeurs	4 week-ends	33
<b>Dim 13 - Dim 20</b>	Invitation à la prière contemplative	6 jours	22
<b>Lun 14 - Ven 25</b>	Avance en eau profonde	10 jours	16
<b>Lun 14 - Ven 25</b>	Choix de vie - 18-30 ans	10 jours	38
<b>Lun 14 - Ven 25</b>	Exercices spirituels en 3 fois 10 jours	3 x 10 jours	17
<b>Lun 14</b>	Journée oasis	1 jour	8
<b>Mer 16</b>	Amar et jardiner - Journée	1 jour	51

<b>Jeu 17</b>	À l'écoute des priants de la Bible	1/2 journée	7
<b>Ven 18</b>	Pèlerin du vendredi	1 jour	8
<b>Sam 19 - Dim 20</b>	Animation de conversation dans l'Esprit	2 jours	48
<b>Sam 19 - Dim 20</b>	Halte spirituelle	2 jours	12
<b>Dim 20 - Dim 27</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Ven 25 - Dim 27</b>	Danse et Lectio Divina créative	2 jours	13
<b>Ven 25 - Dim 27</b>	Préparons notre mariage	2 jours	39
<b>Ven 25</b>	Journée off pour les pro - été	1 jour	42
<b>Sam 26 - Dim 27</b>	Ennéagramme pour couples	2 jours	36

## JUILLET

<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Quand le corps devient prière	6 jours	22
<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Prier, marcher et discernement pro - été	6 jours	43
<b>Sam 3 - Sam 10</b>	Marcher avec Ignace	6 jours	28
<b>Mar 6 - Sam 10</b>	Essayer les Exercices spirituels - 18-30 ans	3 jours	38
<b>Mar 6 - Sam 10</b>	Initiation aux Exercices spirituels	3 jours	15
<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Prier, marcher, partager - 30-45 ans	6 jours	27
<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Prière ignatienne et méditation de pleine présence	6 jours	22
<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Retraite en montagne dans le Queyras	6 jours	28
<b>Sam 10 - Sam 17</b>	Structure et dynamique des Exercices spirituels	8 jours	49
<b>Sam 10 - Ven 16</b>	Vivre les Exercices spirituels	5 jours	16
<b>Ven 16 - Mar 20</b>	Essayer les Exercices spirituels - 18-30 ans	3 jours	38
<b>Ven 16 - Mar 20</b>	Initiation aux Exercices spirituels	3 jours	15
<b>Sam 17 - Sam 24</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 17 - Sam 24</b>	Exercices spirituels et yoga	6 jours	23
<b>Sam 17 - Sam 24</b>	Prier, marcher, partager - Été	6 jours	27
<b>Dim 18 - Sam 24</b>	Se laisser rencontrer par le Christ	5 jours	16
<b>Mar 20 - Sam 24</b>	Retraite pour couples	3 jours	34
<b>Sam 24 - Sam 31</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 24 - Sam 31</b>	Au fil de l'Évangile avec Arcabas	6 jours	23
<b>Sam 24 - Sam 31</b>	Pèlerins en montagne	6 jours	27
<b>Sam 24 - Sam 31</b>	Qi Gong et Parole de Dieu	6 jours	23
<b>Sam 24 - Sam 31</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Dim 25 - Jeu 29</b>	Prier, randonner, dialoguer en couple	4 jours	35

<b>Sam 31 - Sam 7</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 31 - Mer 11</b>	Avance en eau profonde	10 jours	16
<b>Sam 31 - Mer 11</b>	Choix de vie - 18-30 ans	10 jours	38
<b>Sam 31 - Sam 7</b>	Retraite 5 sens	6 jours	21
<b>Sam 31 - Sam 7</b>	Retraite en montagne - été	6 jours	27
<b>Sam 31 - Ven 6</b>	Vivre les Exercices spirituels	5 jours	16

## AOÛT

<b>Dim 1 - Jeu 5</b>	Prier, randonner, dialoguer en couple	4 jours	35
<b>Sam 7 - Sam 14</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 7 - Mer 11</b>	Retraite selon les Exercices spirituels avec enfants	4 jours	15
<b>Sam 7 - Sam 14</b>	Retraite Aravis 20-40 ans	6 jours	40
<b>Sam 7 - Sam 14</b>	Prier, marcher, partager - Été	6 jours	27
<b>Sam 7 - Sam 14</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15
<b>Mer 11 - Dim 15</b>	Initiation aux Exercices spirituels	3 jours	15
<b>Mer 11 - Dim 15</b>	Essayer les Exercices spirituels - 18-30 ans	3 jours	38
<b>Ven 13 - Lun 16</b>	Faites tout ce qu'il vous dira	3 jours	23
<b>Sam 14 - Sam 21</b>	Amar y servir - Semaine	7 jours	52
<b>Sam 14 - Sam 21</b>	Lire ensemble l'Évangile, ça change tout !	6 jours	24
<b>Sam 14 - Sam 21</b>	Pèlerins en montagne	6 jours	27
<b>Dim 15 - Dim 22</b>	Célibataire, et après ?	6 jours	35
<b>Dim 15 - Sam 21</b>	Vivre les Exercices spirituels	5 jours	16
<b>Lun 16 - Sam 21</b>	Zundel, prophète de l'écologie intégrale	5 jours	46
<b>Sam 21 - Sam 28</b>	Amar y servir - Semaine - Chant	7 jours	52
<b>Sam 21 - Sam 28</b>	Couleurs et lumières d'Évangile	6 jours	24
<b>Sam 21 - Sam 28</b>	Prier de tout son être	6 jours	25
<b>Sam 21 - Sam 28</b>	Retraite à la carte	3 jours minimum	15



**"La joie de Dieu n'est pas bruyante,  
mais elle transforme réellement l'histoire  
et nous rapproche les uns des autres."**

Pape Léon XIV

Conception: Héroïse Barreau / Photos: Centre Saint-Hugues



**Centre spirituel Saint-Hugues**

313 chemin Billerey - 38330 Biviers - France  
04 76 90 35 97 - [accueil@sainthugues.fr](mailto:accueil@sainthugues.fr) - [www.sainthugues.fr](http://www.sainthugues.fr)