

Présentation des animateurs et organisateurs

Sophie et Jean-Christophe NORMAND animent depuis 2007 des retraites dans le cadre de communautés monastiques en France permettant de faire l'expérience du jeûne dans la tradition chrétienne. Ils habitent tous les deux Nantes où Jean-Christophe exerce un ministère de diacre permanent.

Présentation du CCFD

Acteur historique du changement dans plus de 60 pays, le CCFD-Terre Solidaire agit contre toutes les formes d'injustices à commencer par celui de ne pas souffrir de la faim, combat de l'association depuis sa création en 1961.

Il accompagne et soutient des organisations et collectifs citoyens, des partenaires (près de 700 projets), pour que chacun voit ses droits fondamentaux respectés. Un monde plus juste, plus fraternel est déjà en action, car chacun porte en lui une force de changement.

Carême 2019 - Session de jeûne et partage

Organisée en partenariat avec le CCFD-Terre Solidaire



« Voici le temps où Dieu fait grâce,

la route est ouverte qui conduit à Pâques.

Heureux ceux qui entendent l'appel de l'Église »

(Tropaire du temps du carême)

Du samedi 30 mars au vendredi 5 avril 2019



Tête du Christ, Rembrandt-1648

Description de la session

Cette session est destinée aux personnes souhaitant vivre une expérience de jeûne et de partage dans la durée pendant le temps du carême et dans une démarche de préparation aux fêtes pascales. Afin de s'entraider à vivre cette semaine de jeûne tout en vaquant à leurs activités quotidiennes, les participants se retrouvent le soir au CCFD-Terre Solidaire du centre-ville de Nantes pour un temps convivial et fraternel (boisson chaude puis partage de l'expérience et partage spirituel). L'animation et l'accompagnement sont assurés par Sophie et Jean-Christophe NORMAND qui pratiquent le jeûne et animent des sessions depuis plusieurs années.

Les conditions de participation

L'inscription est ouverte à toute personne de plus de 25 ans en bonne santé physique et psychique, disposée à partager son expérience de jeûne au cours de 7 rencontres quotidiennes entre 19h30 et 21h. La rupture du jeûne a lieu le 7^e jour par un repas commun.

Par jeûne, il faut entendre une rupture de 7 jours des habitudes alimentaires et son remplacement par un régime hydrique à base de jus de fruits, jus de légumes et décoction (jeûne selon la méthode Dr Buchinger) ou bien par une diète végétalienne à l'épeautre (jeûne selon la méthode de Ste Hildegarde).

Une réunion d'information précise chacune des méthodes et permet de répondre aux questions pratiques.

Lieu de la session

CCFD- Terre solidaire

17 rue du Moulin

44000 Nantes

Tél : (+33) (0)2 40 12 48 38

Courriel :



Renseignements et demandes d'inscription auprès de :

Jean-Christophe Normand

Port. : 06-80-28-39-38

E-mail : jeanchristophenormand@gmail.com

Site web : www.unepetitevoie.fr

Coût : 35€ (7 soirées)

L'inscription est conditionnée par la participation à une réunion d'information qui se tiendra au CCFD-Terre solidaire Nantes, 17 rue du Moulin **le jeudi 7 mars 2019 de 19h à 20h.**