

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom :
Prénom :
Adresse :
.....
Tél :
Mèl :

S'inscrit à la retraite-formation intitulée
« La relation c'est la vie ! »
Du 11 au 13 Février 2012.

Logera sur place les nuits du

10 au 11 : oui non - 11 au 12 : oui non

12 au 13 : oui non - 13 au 14 : oui non

Chambre seul : oui non

Chambre avec wc : oui non

Draps (5 € par paire) : oui non

Réserve un repas pour :

le 11 : midi : oui non - soir : oui non

le 12 : midi : oui non - soir : oui non

le 13 : midi : oui non - soir : oui non

Et joint 30€ d'acompte et une enveloppe timbrée.

week-end approfondissement : 2 et 3 juin 2012

Pour les personnes ayant déjà suivi une session
"la relation c'est la vie"

RENSEIGNEZ-VOUS.

Contactez le centre :

03 83 97 11 32

csdnancy@gmail.com

Contactez les animateurs :

info@sortirdelaviolence.org

INSCRIPTION À LA RETRAITE

Pour vous inscrire à la retraite-formation, veuillez
envoyer les documents suivants à :

Retraite-formation « La relation c'est la vie ! »

« Centre Spirituel diocésain »

10 rue du Carmel 54000 NANCY

* le bulletin de préinscription.

* un chèque de 30 € à l'ordre de « Centre spirituel
diocésain » (acompte).

* une enveloppe affranchie avec votre adresse pour vous
répondre.

Le nombre de participants est de 20 personnes minimum
et 24 maximum.

Nous vous confirmerons votre inscription au plus tôt.

L'acompte ne sera pas remboursé en cas de désistement.

DATES et HORAIRES

Du samedi 11 Février 2012 à 9h

au lundi 13 Février 2012 à 17h

Chaque journée commence à 9h et finit à 18h.

PARTICIPATION AUX FRAIS

Animation : 120 € par personne

Forfait accueil : 15 €

Facultatif :

Repas : 11 € par repas (Piques niques tirés du sac
possible)

Hébergement (facultatif): de 13 à 20€ selon confort par
nuit + petit déj.

En cas de difficultés, n'hésitez pas à en parler au Centre.



RETRAITE - FORMATION

"La relation c'est la vie !"

l'Évangile de Marc :

un chemin de non-violence

Du Samedi 11 Février 2012 à 9h

Au Lundi 13 Février 2012 à 17h

week-end approfondissement :

2 et 3 juin 2012

Animée par

Ariane et Benoît Thiran

**Formateurs à la relation non violente,
auteurs des livres :**

"Entrez dans l'Évangile pour sortir de la violence"

"Jésus non-violent. Nouvelle lecture

de l'Évangile de Marc"

www.sortirdelaviolence.org

1er jour

"Lève-toi et marche !"

Le chemin de la relation commence avec moi-même

Découvrir comment mon regard ouvre ou ferme la relation. Rencontrer Jésus qui prend soin de moi dans les moments difficiles et m'invite à "oser et croire"!

- Relation "ouverte" et relation "fermée": exploration à travers le vécu des participants.
- Les différentes réactions qui ouvrent ou ferment la relation.
- La relation "fermée" n'est pas une fatalité: comment ouvrir la relation ? Quelles sont les clés que je détiens de manière préventive et au sein d'un conflit ?

2ème jour

"Qui veut sauver sa vie la perdra !"

Oser la relation et croire à l'impossible de Dieu

Découvrir comment vivre des relations qui ouvrent des passerelles plutôt que de construire ou renforcer les murs qu'il y a entre nous. Jésus prend soin de nos doutes, des moments où nous pensons "c'est impossible", et nous montre la vraie solidité.

- La communication vraie et emphatique.
- Comment être à l'écoute de l'autre sans m'écraser ?
- Comment m'affirmer et interpeller l'autre sans l'écraser, en puissance et avec respect ?

3ème jour

La colère au Temple: Jésus a-t-il été violent ?

A la rencontre de nos émotions

Pour affronter les structures de violence, Jésus observe, prend du recul et décharge sa violence intérieure sur des médiations symboliques. Puis, il ose la confrontation. Introduction à l'intelligence émotionnelle et à l'exercice non-violent de l'autorité.

- Différences entre émotion et sentiment
- Comment se manifestent nos émotions ?
- Face à nos émotions et à celles des autres: les règles de base

- Identifier les différentes attitudes dans la relation d'autorité
- Lâcher celles qui ferment la relation et sont contreproductives
- Développer celles qui sont nécessaires à une bonne relation

Comment arriver au CENTRE SPIRITUEL DE NANCY ?

En venant de la Gare

Depuis la gare SNCF sortir Place Thiers, prendre l'autobus n° 138 au pied de la tour Thiers. Descendre à l'arrêt 'La côte' (avenue de Boufflers à mi-pente). Redescendre un peu pour prendre la rue de la côte, puis à gauche la rue du carmel.

PAR LA ROUTE - Depuis Paris Epinal – Lunéville ou Metz :

En provenance de Paris-Toul-Epinal : Une fois sorti à Nancy Gentilly Laxou, tout droit (avenue de la résistance) franchir 3 feux. au moment où l'avenue commence à descendre et à s'infléchir à gauche, prendre une petite route à droite direction Beauregard - institution St Joseph. (attention c'est peu visible) En fait cela vous permet de rester en ligne droite et de prendre l'avenue de Boufflers. Franchir 3 feux puis à gauche dans la descente prendre rue de la côte. La rue du carmel est à 100 m à gauche.

En provenance de Metz : Une fois sorti à Nancy Gentilly Laxou, rester sur la droite pour sortir immédiatement de la voie rapide, direction Beauregard, à la sortie à gauche, 50m puis après le pont à droite descendre la rue qui longe Renault, franchir un feu, au feu suivant à gauche, vous êtes avenue de Boufflers. Franchir 2 feux puis à gauche dans la descente prendre rue de la côte. La rue du carmel est à 100 m à gauche.

