



NOM(s) :

Prénom(s) :

Adresse :

Ville :

Code postal :

Tél :

E-mail :

Année(s) de naissance :

Participation financière (5 € par personne)

gratuit pour les enfants de moins de 16 ans

Personnes x 5 € = €

(à régler lors de la journée)

La participation financière ne doit pas être un obstacle. Nous en parlons lors de l'inscription...

Le tarif comprend :

Les frais généraux des Coteaux Païs
(Les accompagnateurs sont bénévoles)

Bulletin à détacher et à envoyer à :

Bernard Caurier

75 rue du puech

12310 Laissac-Séverac l'église

Conseils pour bien goûter cette halte

Ne venir que si vous êtes en forme pour une randonnée de 15 km

Avoir des bonnes chaussures de marche

Prévoir un vêtement chaud et un vêtement de pluie et/ou un parapluie

Eventuellement un bâton de marche

Avoir un sac à dos pour porter :

- Son pique-nique
- Une gourde d'eau
- Un carnet avec un stylo
- Et ses 5 euros/personne...

Marcher

Méditer

Prier

**Le samedi 9 mars 2024
De 8H45 à 17 h
Départ (et arrivée)
Montrozier**

L'équipe des
Coteaux Païs de l'Aveyron
Vous invite à une journée
« Marcher et prier »

Marcher

14 km-boucle

- départ : Montrozier
- Zénières
- Terrasses de Majorac
- Banc
- Anglars
- arrivée : église de Montrozier

Les 2/3 (9 km) de la boucle se font le matin

Marcher en silence pour contempler, méditer et prier.

La nature et le texte que nous vous remettrons seront des points d'appui, des balises pour vous guider

Déroulement de la journée

- 8h45 : rendez vous sur le parking juste avant le pont sur l'Aveyron à l'entrée du village
- 8h55-9h15 : dans l'église : explications sur le déroulement de la journée, remise d'une feuille de route et d'un plan de la randonnée, chant et prière
- 9h15-12H15 : randonnée en silence
- 12h15-14 h 15: église de Banc
 - repos/échanges
 - pique nique
- 14h15-16 h : randonnée en silence ou partage avec l'un ou l'autre des marcheurs

- 16h-16h45 : église de Montrozier : relecture de la journée-chant-prière

Renseignements et inscription

Bernard Caurier

Tel : 06 67 12 01 33

Mail : bernard.caurier@free.fr

Inscription avant le 4 mars 2024



Plus d'informations :

www.coteaux-pais.net

aveyron@coteaux-pais.net

Les Coteaux-Païs

Le Centre spirituel « Les Coteaux-Païs » est une œuvre de la Compagnie de Jésus en France. Sa mission est de répondre aux besoins spirituels de notre époque dans la région du Sud-ouest. Cette mission se fonde sur l'expérience des exercices spirituels de Saint Ignace de Loyola – une école de discernement

et de liberté qui permet à des hommes et des femmes de se mettre à la suite du Christ.

Elle est portée par une équipe de Jésuites, de religieux (ses) et de laïcs qui vivent de la spiritualité ignatienne et travaillent ensemble à sa mise en œuvre.

