

	Samedi 24/07	Dimanche 25/07	Lundi 26/07	Mardi 27/07	Mercredi 28/07	Jeudi 29/07
<u>7H15-7H45</u>		Méditation assise	Méditation assise	JOURNEE PARESSE	Méditation assise	Méditation paresse
<u>7H45-8H30</u>		Qi gong baton/ yoga/étirement	Qi gong baton yoga/étirement	Qi gong baton/yoga <b>optionnel</b>	Qi gong baton yoga/étirement	Qi gong baton yoga/étirement
<u>8H30</u>		Petit dej'	Petit dej'	Petit dej'	Petit dej'	Petit dej'
<u>10H-12H</u>		Enseignement pour les adultes(Dat) Activités EES pour les enfants (Carole et amies)	Enseignement pour les adultes(Carole) Activités EES pour les enfants (Dat et amies)	RANDO BAGNADE LAZYNESS	Enseignement pour les adultes(Dat) Activités EES pour les enfants (Carole et amies)	<b>CLOTURE RETRAITE Partage du cœur Parents et enfants</b>
<u>12H15-13H</u>		Marche lente	Méditation du travail		Méditation du travail	Nettoyage chambre et préparation départ
<u>13H 15</u>		Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
<u>15H30-17H</u>	<b>16H-19H Arrivée/installation</b>	<b>Activités EES pour les parents et enfants (Carole et amies)</b>	<b>Activités EES pour les parents et enfants (Carole et amies)</b>	RANDO BAGNADE LAZYNESS	<b>Activités EES pour les parents et enfants (Carole et amies)</b>	<b>DEPART</b>
<u>18H-19H30</u>	Arrivée /installation	groupe de parole Parents et enfants séparément	groupe de parole Parents et enfants séparément	<b>Préparation soirée festive</b>	<b>RENOUVEAU</b> Parents et enfants ensemble	
<u>19H30</u>	Souper	Souper	Souper	Souper	Souper	
<u>21H-21H25</u>	Présentation retraite	Méditation assise Lecture texte ou relaxation	Méditation assise Lecture texte ou relaxation	Méditation assise Lecture texte ou relaxation	<b>SOIREE FESTIVE</b>	