

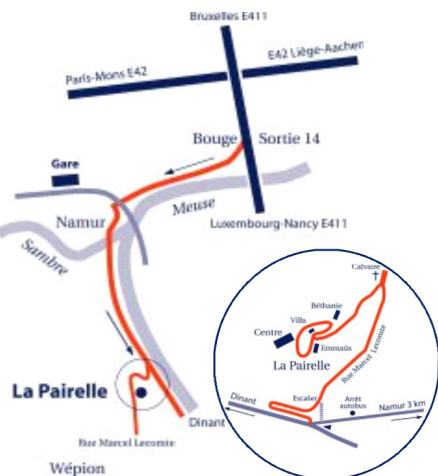
## Accès ?

**En bus:** bus n°4 rue Rogier à 2min de la gare (dans la gare : sortie Centre ville, puis en sortant prendre à gauche sur le trottoir d'en face, arrêt au-delà du rond-point). Arrêt facultatif *La Pairelle*. Monter à pied la rue Marcel Lecomte (1km) jusqu'au calvaire : suivre le panneau « Centre Spirituel ».

**En taxi:** de la gare de Namur: 5km.

**En voiture:** E411, sortie 14 vers Namur-centre. Traverser Namur en direction de Dinant (N 92).

A la sortie de Namur, monter à droite la rue Marcel Lecomte. A 1km, un panneau indique le centre Spirituel.



**Le Centre Spirituel ignatien « La Pairelle » animé par des jésuites, des religieuses et des laïcs, propose un large éventail d'activités pour jeunes et adultes : retraites individuelles et de groupes selon les Exercices Spirituels de Saint Ignace, sessions sur des sujets d'actualité, cycles de formation sur le discernement et l'accompagnement spirituel.**

**Bulletin d'inscription à renvoyer à :**

**Centre Spirituel – Secrétariat – 25 rue Marcel Lecomte – 5100 Wépion**

Tél. : +32 (0)81 468 111 - Fax : +32 (0) 81 468 118 - secretariat@lapairelle.be – www.lapairelle.be

### INSCRIPTION

**Ni paillason, ni hérisson, un chemin de non-violence à la suite de Jésus**

**Ve 16 (18h) - Di 18 (16h) février 2024**

Mme / M / Mlle / P / Sr (entourez la mention utile)

Prénom: ..... Nom: .....

Profession: ..... Congrégation: .....

Adresse: .....

Code postal: ..... Ville: .....

Date de naissance: ..... Téléphone: .....

E-mail: .....

Date et Signature

245€ pour le week-end (230€ étudiants et chercheurs d'emploi)

*En cas de difficulté financière, contactez-nous.*

**2024**  
**RETRAITE-FORMATION**

**Ve 16 > Di 18 février**

# Ni paillason, ni hérisson...

*Un chemin de non-violence  
à la suite de Jésus*



**ouvert  
à tous**

**Animatrices**

Germaine Sartenaer  
Claudine van de Kerchove



Du vendredi 16 (18h) au  
dimanche 18 (16h) février 2024

## Ni paillasson, ni hérisson

### *Un chemin de non-violence à la suite de Jésus*

La relation, c'est la vie ! Oui mais il ne faut pas grand-chose pour que la relation se ferme et alors, soit je construis un mur devant l'autre, soit je croule sous le mur de l'autre.

Au fil de l'Évangile, Jésus nous apprend à repérer nos mécanismes de violence dans nos conflits au quotidien. Et même davantage, il nous aide à les transformer en formidables occasions de croissance et de rencontres en vérité.

À sa suite, repérons et transformons la violence qui se cache au cœur de nos relations quotidiennes...

Notre approche est basée sur l'expérience de chacun · e et sur des outils pratiques du quotidien : Roue du Changement de Regard et Dialogue Non-Violent. Elle se veut concrète et participative : exercices, jeux de rôle...

« Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde. »

**Mahatma Gandhi**

**Ouvert à tous :** pour les relations amicales, professionnelles, de couple, en famille, en équipe, en communautés ou congrégations, au sein d'un service d'Eglise...

### **Animatrices**

**Germaine Sartenaer** est formatrice au sein de *Sortir de la Violence* et thérapeute de couple avec la méthode Imago.

**Claudine van de Kerchove** est formatrice au sein de *Sortir de la Violence* et aumônière d'hôpital.



### **Information**

info@sortirdelaviolence.org - +32 492 54 15 77  
www.sortirdelaviolence.org