

# Marche



... des mamans et  
grands-mamans !

Être maman n'est pas toujours facile. Être femme en étant maman non plus.

Nous vous proposons une marche dans la nature pour vivre un moment de rencontre, partager des expériences, créer des liens, prendre soin de soi.

Passer un bon moment entre mamans et grands-mamans dans la bienveillance, s'ouvrir à la présence de Dieu et se ressourcer.

## Samedi 1<sup>er</sup> juin 2024

9h – 14h30

Vallon de St-Imier, autour du château d'Erguël

Au programme :

- Marche,
- Shibashi
- Conte
- Moments de réflexion
- Détente
- Partage d'un repas  
(en mettant simplement les pieds sous la table)



# Marche



... des mamans et  
grands-mamans !

Être maman n'est pas toujours facile. Être femme en étant maman non plus.

Nous vous proposons une marche dans la nature pour vivre un moment de rencontre, partager des expériences, créer des liens, prendre soin de soi.

Passer un bon moment entre mamans et grands-mamans dans la bienveillance, s'ouvrir à la présence de Dieu et se ressourcer.

## Samedi 1<sup>er</sup> juin 2024

9h – 14h30

Vallon de St-Imier autour du château d'Erguël

Au programme :

- Marche,
- Shibashi
- Conte
- Moments de
- Détente et
- Partage d'un repas  
(en mettant simplement les pieds sous la table)



# En marche....

## les mamans et grands-mamans

Samedi 1<sup>er</sup> juin 2024

Autour du château d'Erguël

Rendez-vous : 9h00, parking derrière la patinoire de St Imier  
A prendre : Habits de marche, annulé en cas de fortes pluies  
Prendre une recette culinaire de famille à partager  
Fin : Prévu pour 14h30 parking de la patinoire à St Imier  
Prix : 20.- par personne, repas et boissons comprises  
Itinéraire : St-Imier (patinoire), château d'Erguël - Sonvilier  
(4km, 160 mètres de montée).  
Possibilité de retourner à St-Imier en voiture

### *Inscription jusqu'au 24 mai 2024*

Auprès du responsable de la pastorale des familles  
[philippe.charmillot@jurapastoral.ch](mailto:philippe.charmillot@jurapastoral.ch) ou  
Mady Grossenbacher (Catéchiste du vallon de St Imier)  
[catesti@bluewin.ch](mailto:catesti@bluewin.ch) / 032 941 21 39 ou 079 403 95 73 (le matin)

Merci de préciser lors de votre inscription si vous avez des  
intolérances alimentaires ou des allergies

Pour toutes questions ou informations supplémentaires n'hésitez  
pas à nous contacter.

*Au plaisir de se rencontrer !*



# En marche....

## les mamans et grands-mamans

Samedi 1<sup>er</sup> juin 2024

Autour du château d'Erguël

Rendez-vous : 9h00, parking derrière la patinoire de St Imier  
A prendre : Habits de marche, annulé en cas de fortes pluies  
Prendre une recette culinaire de famille à partager  
Fin : Prévu pour 14h30 parking de la patinoire à St Imier  
Prix : 20.- par personne, repas et boissons comprises  
Itinéraire : St-Imier (patinoire), château d'Erguël - Sonvilier  
(4km, 160 mètres de montée).  
Possibilité de retourner à St-Imier en voiture.

### *Inscription jusqu'au 24 mai 2024*

Auprès du responsable de la pastorale des familles)  
[philippe.charmillot@jurapastoral.ch](mailto:philippe.charmillot@jurapastoral.ch) ou  
Mady Grossenbacher (Catéchiste du vallon de St Imier)  
[catesti@bluewin.ch](mailto:catesti@bluewin.ch) / 032 941 21 39 ou 079 403 95 73 (le matin)

Merci de préciser lors de votre inscription si vous avez des  
intolérances alimentaires ou des allergies

Pour toutes questions ou informations supplémentaires n'hésitez  
pas à nous contacter.

*Au plaisir de se rencontrer !*

