

# 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,
- Conte
- Détente
- Shibashi
- Réflexions
- Partage d'un repas



Rendez-vous : 9h00, parking derrière la patinoire de St Imier, fin prévue pour 14h30

A prendre : Habits de marche, annulé en cas de fortes pluies,  
Prendre une recette culinaire de famille à partager

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.