

	Planning des méditations Du lundi à St Etienne	Janvier Février Mars Avril Mai Juin 2026		Nouveau x horaires		Franz Jalics « Ouverture à la contemplation »			Franz Jalics « Ouverture à la contemplation »	
				Après-midi	Après-midi	Après-midi		Soir	Soir	Soir
				14h Exercices	15h Deux fois 25mn de méditation	16h-17h Activités ci-dessous		17h30 Exercices	18h30 Deux fois 25mn de méditation	19h30-21h Activités Ci-dessous
		Janvier								
		05/01/2026				« Autour d'un texte des écritures » Textes du 05/01/26 Goûter rapide				« Autour d'un texte des écritures » Textes du 05/01/26 Pas de repas
		12/01/2026				Gouter partagé				Repas partagé
		19/01/2026				Lecture du livre de Franz Jalics Introduction 14-33 Goûter rapide				Lecture du livre de Franz Jalics Introduction 14-33 Repas rapide
		26/01/2026				Lecture du livre de Franz Jalics Premier temps 35-67 Goûter rapide				Lecture du livre de Franz Jalics Premier temps 35-67 Repas rapide

		Février								
		02/02/2026				« Autour d'un texte des écritures » Textes du 02/02/26 Goûter rapide			« Autour d'un texte des écritures » Textes du 02/02/26 Pas de repas	
		09/02/2026		VACANCES	Pas méditation			VACANCES	Pas méditation	
		16/02/2026		VACANCES	Pas méditation			VACANCES	Pas méditation	
		23/02/2026				Lecture du livre de Franz Jalic Deuxième temps 69-108 Goûter rapide			Lecture du livre de Franz Jalic Deuxième temps 69-108 Repas rapide	
		Mars								
		02/03/2026				Gouter partagé			Repas partagé	
		09/03/2026				Lecture du livre de Franz Jalic Troisième temps 109-150 Goûter rapide			Lecture du livre de Franz Jalic Troisième temps 109-150 Repas rapide	
		16/03/2026				« Autour d'un texte des écritures » Textes du 16/03/26 Goûter rapide			« Autour d'un texte des écritures » Textes du 16/03/26 Pas de repas	
		23/03/2026				Gouter partagé			Repas partagé	
		30/03/2026				Lecture du livre de Franz Jalic Quatrième temps 151-195 Goûter rapide			Lecture du livre de Franz Jalic Quatrième temps 151-195 Repas rapide	

		Juin								
		01/06/2026				« Autour d'un texte des écritures » Textes du 01/06/26 Goûter rapide				« Autour d'un texte des écritures » Textes du 04/05/26 Pas de repas
		08/06/2026				Lecture du livre de Franz Jolics Septième temps 293-334 Goûter rapide				Lecture du livre de Franz Jolics Septième temps 293-334 Repas rapide
		15/06/2026				Gouter partagé				Repas partagé
		22/06/2026				Bilan				Bilan
		29/06/2026	?			Gouter partagé				Repas partagé