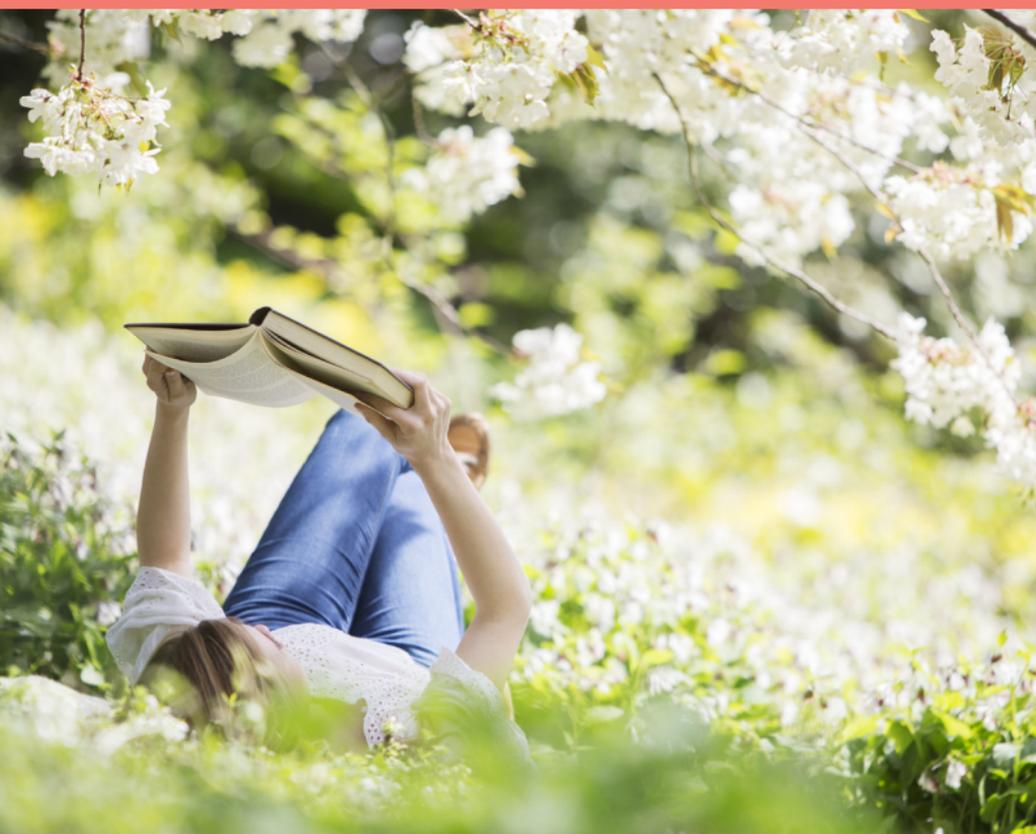


# COTEAUX-PAÏS

*Centre spirituel jésuite du Sud-Ouest*

*Programme*

2024 • 2025



Bayonne - Montauban - Pau - Perpignan - Rodez - Toulouse



# SOMMAIRE



Pour vous aider à utiliser ce guide	3
Présentation du centre spirituel	4
Accompagnement spirituel	6
Vivre une retraite selon les Exercices spirituels	8
Vivre une retraite ignatienne « autrement »	13
Haltes spirituelles pour se ressourcer	15
Suivre un parcours à thème	17
Jeunes, Couples et Familles	20
Formations	22
Propositions sur-mesure	23
Pour les accompagnateurs spirituels	24
Les Jésuites et la famille ignatienne	25
Faire un don	28
Modalités pratiques et tarifs	30
Calendrier de toutes les propositions	32

## Aide à la lecture



- Vous cherchez à **nous contacter** ?

Reportez-vous au **dos de ce livret**.

- Vous cherchez une **proposition** ? retraite, parcours, etc ?

Reportez-vous au **sommaire en page 2**.

- Vous avez des **dates de disponibilité** et vous cherchez une proposition ?

Reportez-vous au **calendrier à la fin de ce livret**

- Vous cherchez les **propositions proches d'un lieu précis** ?

Consultez la **carte en page 4 et 5** indiquant les lieux d'hébergement, puis cherchez dans le calendrier les propositions correspondantes.

- Vous avez **moins de 25 ans** ?

Regardez les **propositions pour les jeunes en page 13 , 19 et 23**.

- Vous voulez en savoir plus ?

- sur **le centre spirituel Coteaux-Païs** ?

Reportez-vous aux pages 4-5.

- sur **les jésuites et la famille ignatienne** ?

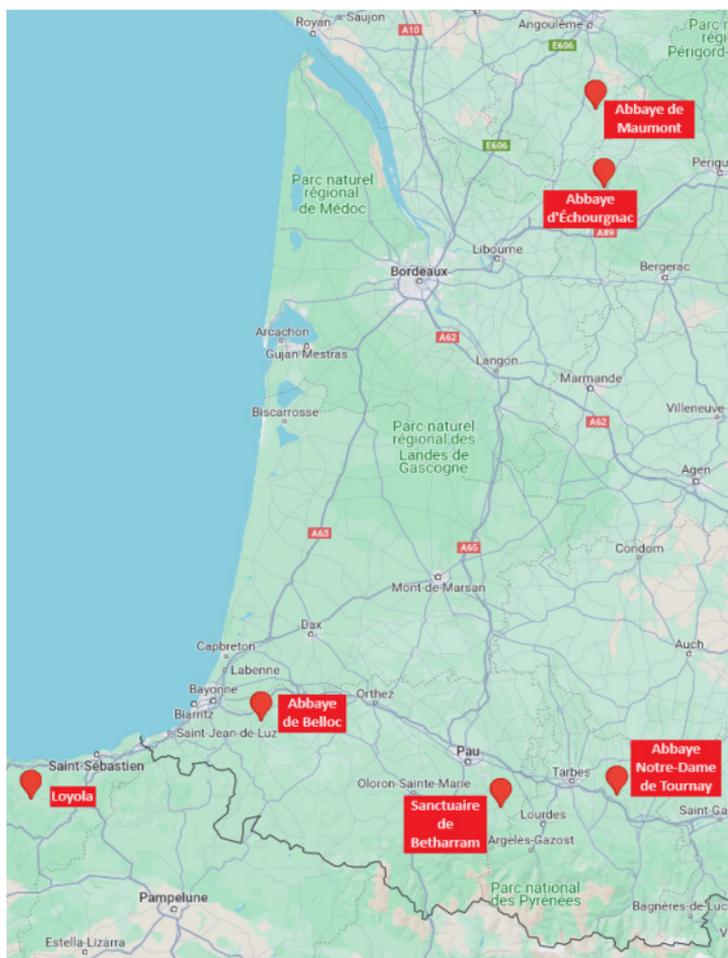
Reportez-vous aux pages 25 à 27.

- sur **les tarifs** ?

Voir en page 30

### Nota bene

Les propositions contenues dans ce programme sont susceptibles d'être modifiées ou complétées. N'hésitez pas à consulter notre site internet mis à jour : **[www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net)**



## Le Centre Spirituel

Le Centre Spirituel Coteaux-Païs est une œuvre de la Compagnie de Jésus. Il cherche à répondre aux besoins spirituels de notre temps en fondant ses propositions sur l'expérience spirituelle de saint Ignace de Loyola : une école de discernement et de liberté qui permet aux hommes et aux femmes d'aujourd'hui de se mettre à la suite du Christ.

### SA MISSION

Notre raison d'être et notre finalité est de transmettre la spiritualité ignatienne comme moyen d'expérimenter et de comprendre comment Dieu parle dans notre vie pour établir une relation personnelle avec le Christ et apprendre à servir en liberté en lien avec l'Église. La mission particulière de ce centre jésuite est de rejoindre les personnes là où elles sont et là où elles en sont, avec l'aide des équipes qui rendent présent Coteaux-Païs, dans la région du Sud-Ouest, dans les diocèses de Toulouse, Rodez, Montauban, Perpignan, Bayonne-Pau.



# ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL

## *Pour se poser sous le regard de Dieu*



### Individuel

#### De quoi s'agit-il ?

L'accompagnement spirituel est une pratique très ancienne dans l'Église : aller trouver un frère ou une soeur dans la foi pour lui parler de ce qui fait sa vie et découvrir Dieu à l'oeuvre dans tous les aspects de l'existence avec ses ombres et ses lumières. Les rencontres ont lieu environ toutes les six semaines, l'essentiel étant de maintenir une régularité. La rencontre qui a été préparée au préalable ne dépasse pas 45 à 60 minutes. Il est demandé une participation financière laissée à la discrétion de chacun. La bonne mesure se situant entre 15 et 30 euros par rencontre pour le centre spirituel jésuite (l'accompagnateur est bénévole).

#### Demander un accompagnement :

Les personnes désireuses d'être accompagnées doivent envoyer une lettre de présentation de leur situation et de leur motivation et indiquer leur adresse (le centre dispose d'accompagnateurs dans le Grand Sud-Ouest) à :

**[direction@coteaux-pais.net](mailto:direction@coteaux-pais.net)**

ou par courrier à :

**Direction Coteaux-Païs**  
**9 rue Monplaisir 31400 Toulouse**

#### Nota bene

Chaque accompagnateur spirituel proposé par le centre est envoyé en mission après une formation et bénéficie d'une supervision et d'une formation continue. Il signe et s'engage à respecter la Charte pour la prévention de toute forme d'abus dans l'accompagnement spirituel.



## En groupe de partage

Pour soutenir la vie spirituelle et répondre au besoin de partager sa foi et ses questions, nous proposons un accompagnement en petits groupes constitués en fonction des demandes. Les rencontres, au rythme de deux fois par trimestre, sont animées par un ou deux accompagnateurs spirituels.

La participation aux frais est libre.

Si cette proposition vous intéresse, contactez :

**[animation@coteaux-pais.net](mailto:animation@coteaux-pais.net)**

# Vivre une **RETRAITE** *selon les Exercices spirituels de saint Ignace*



Une expérience de prière et de relecture à l'écoute de la Parole de Dieu avec un accompagnement personnel quotidien.

## **Les Exercices spirituels de saint Ignace**

Fruit d'une expérience de saint Ignace de Loyola, le fondateur des Jésuites, les Exercices spirituels sont une manière de prier avec la Parole de Dieu. Ils sont une aide pour chercher et trouver Dieu en toutes choses. Ils ouvrent au discernement et permettent de faire des choix de vie.

Lors d'une retraite selon les Exercices spirituels, vous serez invités à vivre une expérience de prière personnelle, à la relire et à en parler avec votre accompagnateur spirituel. Il vous aidera à vous situer en vérité devant Dieu, dans le respect de votre cheminement et de votre liberté.

Le parcours des Exercices amène ainsi progressivement à mieux ajuster notre vie à l'exemple de Jésus. L'attention aux pensées et sentiments profonds, à travers le discernement, aide à reconnaître quels pas et quels choix mènent à une vie plus heureuse, plus conforme à la volonté de Dieu, plus unie avec le Christ.

*« Celui qui vit les Exercices spirituels de manière authentique expérimente l'attraction de Dieu. Il en revient rénové, transfiguré, à la vie ordinaire, à son ministère, à ses relations quotidiennes, portant avec soi le parfum du Christ. »*

**Pape François**

## Pourquoi faire une retraite ?

Le but d'une retraite est de prendre du recul par rapport à son quotidien pour présenter sa vie sous le regard bienveillant de Dieu. Chacun a des raisons personnelles de faire une retraite : faire le point, réfléchir à sa vocation, poser un choix de vie, redonner souffle à sa vie avec le Seigneur, relire une expérience.

Vivre une retraite selon les Exercices spirituels de saint Ignace, c'est vivre une expérience de prière et de relecture à l'écoute de la Parole de Dieu, dans un climat de silence et avec un accompagnement personnel quotidien.

Pour s'inscrire, merci d'envoyer une lettre de présentation-motivation à :

**direction@coteaux-pais.net**

ou par courrier à :

**Direction Coteaux-Païs  
9 rue Monplaisir 31400 Toulouse**

### RETRAITES D'INITIATION

Ces retraites s'adressent à des personnes désirant mieux connaître, aimer et suivre Jésus-Christ en découvrant la manière ignatienne de prier. Chaque jour, un temps d'accompagnement individuel est proposé ainsi qu'une ou deux rencontres en groupe où sont données des indications pour la prière.

- ▶ Du vendredi 14 février - 18h au jeudi 20 février 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du mardi 29 avril - 18h au dimanche 4 mai 2025 - 9h  
Abbaye d'En-Calcat - Dourgne (81)
- ▶ Du vendredi 4 juillet - 18h au jeudi 10 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)

## RETRAITES POUR PERSONNES AYANT DÉJÀ FAIT UNE EXPÉRIENCE DES EXERCICES SPIRITUELS

Vivre une retraite en silence avec la Parole de Dieu et selon les Exercices Spirituels ; ces retraites sont proposées à des personnes ayant déjà vécu une retraite d'initiation.

### Exercices spirituels de 3 jours

- ▶ Du vendredi 21 février - 18h au mardi 25 février 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du jeudi 10 juillet - 18h au lundi 14 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du lundi 21 juillet - 9h au vendredi 25 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du vendredi 1er août - 18h au mardi 5 août 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du vendredi 29 août - 18h au mardi 2 septembre 2025 - 9h  
Abbaye d'Urt-Belloc (64)

### Exercices spirituels de 5 jours

- ▶ Du vendredi 21 février - 18h au jeudi 27 février 2025 - 9h  
*en collaboration avec les Chemins Ignatiens en Bordelais*  
Abbaye d'Échourgnac (24)
- ▶ Du mardi 15 juillet - 18h au lundi 21 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du samedi 26 juillet - 18h au jeudi 1 août 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du vendredi 22 août - 18h au jeudi 28 août 2025 - 9h  
Abbaye d'Urt-Belloc (64)



## Exercices spirituels de 7 et 8 jours

- ▶ Du dimanche 10 - 14h au dimanche 17 novembre 2024 - 14h  
Sanctuaire de Loyola (Espagne)
- ▶ Du vendredi 14 février - 18h au dimanche 23 février 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du vendredi 21 février - 18h au dimanche 2 mars 2025 - 9h  
*en collaboration avec les Chemins Ignatiens en Bordelais*  
Abbaye d'Échourgnac (24)
- ▶ Du mardi 29 avril - 18h au jeudi 8 mai 2025 - 9h  
Abbaye d'En-Calcat - Dourgne (81)
- ▶ Du vendredi 4 juillet - 18h au dimanche 13 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du mardi 15 juillet - 18h au jeudi 24 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du samedi 26 juillet - 18h au lundi 4 août 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du vendredi 22 août - 18h au dimanche 31 août 2025 - 9h  
Abbaye d'Urt-Belloc (64)

## Exercices spirituels de 10 jours

Ces retraites de 10 jours peuvent aussi être des retraites de « choix de vie » pour des personnes de tous âges ayant une décision importante à prendre pour leur orientation de vie (mariage, vie religieuse, sacerdoce, question éthique, changement professionnel etc...)

Condition préalable: avoir déjà l'habitude d'une prière personnelle.

- ▶ Du vendredi 14 février - 18h au mardi 25 février 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du vendredi 4 juillet - 18h au mardi 15 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du mardi 15 juillet - 18h au samedi 26 juillet 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du samedi 26 juillet - 18h au mercredi 6 août 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)
- ▶ Du vendredi 22 août - 18h au mardi 2 septembre 2025 - 9h  
Abbaye d'Urt-Belloc (64)



[www.couventdevaylats.fr](http://www.couventdevaylats.fr)

## Vivre une **RETRAITE** *ignatienne « autrement »*



Vivre une retraite dans sa vie quotidienne ou dans un lieu de retraite classique en s'appuyant sur un thème, un support ou une activité.

### **RETRAITE-CINÉMA 5 JOURS : « ITINÉRANCES »**

« Abram partit comme le Seigneur le lui avait dit... De campement en campement, il alla vers le Neguev » (Gn 12, 4.9). De l'enfance à la vieillesse, de l'errance à l'itinérance, le chemin de notre vie se déroule, pas à pas, avec ses joies et ses peines, ses certitudes et ses hésitations... Quel qu'il soit, ce chemin nous mène vers la Vie !

La médiation du cinéma, la Parole de Dieu méditée, la prière des moniales nous aideront à entrer dans la profondeur de cet itinéraire qui, au fur et à mesure, nous fait advenir.

► Du mardi 8 avril - 16h30 au dimanche 13 avril 2025 - 16h  
*en collaboration avec les Chemins Ignatiens en Bordelais*  
Abbaye de Maumont (16)

### **RETRAITE-SERVICE POUR LES JEUNES**

Spécialement conçue pour les moins de 25 ans, cette retraite en silence, selon les Exercices, comportera en plus de la prière et de l'accompagnement quotidien, la participation à un service auprès du centre d'accueil et de son parc.

Coût adapté, voir sur le site [www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net)

► Du lundi 25 août - 18h au dimanche 31 août 2025 - 9h  
Couvent de Vaylats (46)

## SEMAINES DE PRIÈRE ACCOMPAGNÉE (SEPAC)

Une semaine d'initiation à la prière ignatienne avec un accompagnement individuel.

Vivre un temps fort en paroisse ou dans un autre cadre au moment de l'Avent, du Carême ou du temps pascal : une semaine de retraite « en restant chez soi ». Apprendre à prier avec la Parole de Dieu, en parler avec un accompagnateur spirituel. Une démarche personnelle soutenue par des temps de rencontres en groupes.

### Pendant l'Avent 2024

- ▶ Du samedi 7 au samedi 14 décembre 2024  
Rivesaltes (66)
- ▶ Autres propositions : voir site [www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net)

### Pendant le Carême 2025

- ▶ Du dimanche 16 au samedi 22 mars 2025  
Paroisse de l'agglomération paloise (64)
- ▶ Paroisse Saint-Vincent de Paul à Bayonne (64)  
Dates à préciser
- ▶ Mont-de-Marsan (40)  
Dates à préciser

Pour s'inscrire contactez le responsable de la SEPAC indiqué sur le site [www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net)

### Nota bene

Comment demander une SEPAC pour sa paroisse ou son équipe ?

Voir en page 23

# Des HALTES SPIRITUELLES

*pour se ressourcer*



Un à trois jours de ressourcement spirituel sous le regard de Dieu pour prendre du recul en goûtant à la prière ignatienne, à des temps de partage, de relecture, de détente, de célébration...

L'accent de la proposition est porté sur la pause, le ralentissement, du temps pour soi pour souffler intérieurement ou aborder tranquillement une question.

## **Week-end pour prier et contempler**

Le thème sera affiché sur le site internet.

► Du samedi 31 août - 14h au dimanche 1er sept. 2024 -17h  
*en collaboration avec CVX*

Centre de montagne de Suc et Sentenac, Vicdessos (09)

## **Week-end « lâcher prise ? »w**

*Se laisser conduire par l'Esprit Saint*

► Samedi 18 et dimanche 19 janvier 2025  
Abbaye d'Urt-Belloc (64)

## **Week-end « recevoir, transmettre, réinventer »**

*« Je vous ai transmis ce que j'ai moi-même reçu. » 1Cor 15,3*

*Ce qui se transmet d'une génération à l'autre, c'est ce qui est destiné à fonder la vie des générations futures, ce qui a suffisamment d'importance pour ne pas être oublié. Qu'en est-il pour moi ?*

*Avec le support de films*

► Du vendredi 28 février - 19 h au dimanche 2 mars 2025  
Notre Dame de Livron, Caylus (82)

## **Journée spirituelle et fraternelle**

- ▶ Samedi 5 octobre 2024, 9h30 - 16h30  
L'Hermitage de Saint Féréol (66) - (Au-dessus de Céret)

## **Journée au Désert**

Une halte spirituelle pour puiser à la source de la Parole de Dieu en s'aidant de la spiritualité de Saint Ignace

- ▶ Dimanche 23 mars 2025  
*en collaboration avec CVX*  
Maison Saint-Pierre, Rodez (12)

## **Journées « marcher et prier »**

Se ressourcer par la marche, la prière, les échanges ; découvrir la beauté du patrimoine en écoutant la Parole de Dieu. Pour tout public : seul, en famille, entre amis... Itinéraires faciles.

- ▶ Samedi 14 septembre 2024 10h - 15h (petite marche)  
Millau (12)
- ▶ Samedi 5 octobre 2024 10h - 15h (petite marche)  
Sainte-Radegonde, Rodez (12)
- ▶ Samedi 5 avril 2025 9h30 - 18h  
Laissac (12)
- ▶ Samedi 14 juin 2025  
Sanctuaire de Sainte-Quitterie, Doumy (64)

## **Journée « montagne et prière »**

- ▶ Samedi 19 octobre 2024 (sur la journée)  
Ursuya (64) - Près d'Hasparren



# Suivre un **PARCOURS À THÈME**

Soirées, journées ou week-ends pour découvrir différentes manières de choisir et aimer la vie.

Sessions pour avancer sur un questionnement, obtenir des clés pour poser un enjeu.

## **Session Cinéma**

« Qu'as-tu fait de ton frère ? »

*Cette parole du Seigneur adressée à Esaü, meurtrier d'Abel son frère, se situe au début du récit de la Création. Elle sera reprise tout au long de l'histoire biblique et dans l'Évangile. Cette interpellation est particulièrement d'actualité aussi bien pour le frère proche que pour le plus lointain, que ce soit dans les conflits du monde ou dans l'acceptation des différences au quotidien.*

*La foi chrétienne nous rappelle que, dans la relation au frère, se joue la relation à Dieu : « Celui qui dit "j'aime Dieu" alors qu'il a de la haine contre son frère, c'est un menteur [...] Et voici le commandement que nous tenons de lui : celui qui aime Dieu, qu'il aime aussi son frère. » (1 Jn 4,20-21)*

Des extraits de films, travaillés et interrogés, nous aideront à approfondir la manière dont le cinéma témoigne de cette recherche aux multiples facettes.

► Du vendredi 15 - 18h au dimanche 17 novembre 2024 - 16h  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)  
(sans hébergement)

## **Les Exercices spirituels pour les nuls**

*Pour ceux qui souhaitent lire et comprendre le livret des Exercices spirituels de Saint Ignace de Loyola.*

Un groupe de 8 personnes maximum

► Mardi 15 octobre 2024 - 19h - 20h30 (1ère réunion)  
Autres dates et horaires à définir avec le groupe  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir Toulouse (31)

## Lecture biblique

*Le cycle d'Abraham, Livre de la Genèse, chp. 11 à 25*

*A partir de la lecture de ces récits nous verrons en quoi ils sont toujours actuels, comment ils nous parlent de Dieu et de l'apprentissage du dépouillement.*

**Au choix :**

► 6 lundis - 20h - 22h :

7 octobre, 4, 18 et 25 novembre et 2 et 9 décembre 2024  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir Toulouse (31)

ou

► 6 mardis - 9h30 - 11h30

8 octobre, 5, 19 et 26 novembre et 3 et 10 décembre 2024  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir Toulouse (31)

## Parcours en temps de Carême.

► Thèmes, jours et horaires à découvrir sur le site

## Habiter ma place d'aidant (écoute, échange, prière)

*L'un de vos proches est âgé ou handicapé, à domicile ou en maison d'accueil. Vous cherchez comment l'aider au mieux sans vous épuiser ; vous souhaitez partager vos questions sur la vie, sur la foi et bénéficier de l'aide de la Parole de Dieu et du témoignage d'autres personnes dans des situations similaires.*

► 3 samedis 9h30 - 16h30

16 novembre, 7 décembre, 11 ou 18 janvier 2025  
Couvent de Vaylats (46)

► 5 rencontres 10h - 12h

Première rencontre : mardi 14 janvier 2025  
(les autres dates seront fixées avec les participants)  
Bibliothèque de culture religieuse à Pau (64)

# JEUNES, COUPLES ET FAMILLES

*Avancer sur son chemin de vie*



Des propositions pour prendre soin de soi et de ses relations

## Un jour pour « Marcher et prier en famille »

Avec l'équipe « Couples et familles » des Coteaux-Païs, en partenariat avec le MEJ (Mouvement Eucharistique des Jeunes).

Animation spécifique prévue pour les enfants.

► Dimanche 29 septembre 2024 - 10h - 17h

Lieu à préciser (voir le site [www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net))



## TROIS SOIRÉES À THÈME

Des soirées sous le regard de Dieu, pour se poser, échanger en couple, partager avec d'autres et prier selon une démarche ignatienne, avec des temps individuels de réflexion, en couple et en groupe.

## Le pouvoir dans le couple

*Dès qu'il y a un groupe d'individus (donc au moins 2), dès lors qu'une décision doit être prise, le pouvoir apparaît. Il en est de même dans le couple. Bien souvent, les préférences, les désirs ou les besoins ne sont pas les mêmes...*

► Jeudi 14 novembre 2024 - 20h - 22h30

Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)

## Vivre avec nos aînés

*Vivre avec nos aînés est source de richesse mais aussi de multiples défis : difficultés du grand âge, dépendance, éloignement géographique, divergences au sein des fratries...*

- Jeudi 16 janvier 2025 - 20h - 22h30  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)

## Vie professionnelle-vie familiale

*Comment trouver un équilibre entre vie professionnelle et vie familiale. Cela demande des limites claires à poser, une réflexion sur la gestion du temps et une priorisation des activités importantes pour chacun des membres du couple et pour la famille.*

- Jeudi 6 mars 2025 - 20h - 22h30  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)

## QUATRE WEEK-ENDS

## L'un croit, l'autre pas

*Cette proposition s'adresse à tous les couples, dans leur grande diversité, de tous âges, dont les conjoints suivent des chemins spirituels différents. Pour s'enrichir et chercher ensemble un chemin de croissance pour le couple.*  
Site : [www.luncroitlautrepass.fr](http://www.luncroitlautrepass.fr)

- Du vendredi 4 (au soir) au dimanche 6 octobre 2024  
Notre Dame de Livron, Caylus (82)



## Est-ce lui, est-ce elle ?

*Mieux se connaître pour mieux s'aimer. Que vous ayez décidé (ou pas encore) de vous engager, que vous soyez ensemble depuis quelques mois, voire quelques années, venez prendre un temps de réflexion et d'échanges.*

- ▶ Du samedi 1er au dimanche 2 février 2025  
Abbaye Notre Dame de Tournay (65)
- ▶ Du samedi 5 au dimanche 6 avril 2025  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)  
(sans hébergement)

## Notre vie à deux, au souffle de l'Esprit

*Vous vivez en couple depuis quelques années. Venez redécouvrir, avec l'aide de l'Esprit Saint, qu'aimer est un art et une grâce. Venez réfléchir sur vos attentes et celles de votre conjoint, vous poser, pour garder la joie dans la durée !*

- ▶ Du samedi 29 au dimanche 30 mars 2025  
Couvent de Vaylats (46)

## ▶ Chrétiens séparés/divorcés : Chemin d'Espérance

*Un parcours pour les chrétiens séparés/divorcés afin de s'entraider dans l'espérance. Il est possible de venir à une seule après-midi même s'il est conseillé de suivre l'ensemble des rencontres.*

### Sur 5 samedis et un week-end

- ▶ 5 octobre, 16 novembre 2024, 18 janvier, 1er mars ou 15 mars et 14 juin 2025  
Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)
  - ▶ Du 5 et 6 avril 2025 ou 17 et 18 mai 2025  
Notre Dame de Livron, Caylus (82)
- Voir les dates sur le site [www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net)

# Des FORMATIONS

*pour approfondir sa foi*



*Pour mieux connaître, aimer et servir Dieu*

## Formations à l'écoute

*Formations pratiques proposées aux personnes en situation d'écoute et d'accueil, dans leur activité sociale, professionnelle, dans leur mission ecclésiale ou dans leur environnement familial.*

Sur 4 jours :

► Dimanche 13 octobre, lundi 11 novembre, samedi 23 et dimanche 24 novembre 2024

Belloc (64)

► Samedi 11 et dimanche 12 janvier, samedi 25 janvier et samedi 8 février 2025

Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)

## Repères pour décider

*Comment sortir de l'indécision, avancer vers une décision libre, comprendre la volonté de Dieu en s'appuyant sur la tradition ignatienne du discernement et sur une pédagogie active (exposés, réflexion personnelle, échanges et prière) ce parcours aidera chacun à se (re)mettre en route pour « choisir la vie ».*

Sur 3 jours :

► Du samedi 5 au dimanche 6 octobre 2024

3ème date à fixer avec les participants

Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, Toulouse (31)

# Du **SUR-MESURE**

## *pour répondre aux demandes*

Formations, accompagnements, haltes spirituelles à la carte... pour répondre aux demandes individuelles, communautaires, ecclésiales. A partir d'une base de proposition ou d'un thème qui vous intéresse, nous construisons avec vous le format et le contenu qui répondront le mieux à votre besoin.

Nous proposons :

### **Retraites dans la vie**

Vous voulez vivre un temps fort en paroisse ou dans un autre cadre au moment de l'Avent, du Carême ou du temps pascal : un temps de retraite « en restant chez soi » pour prier avec la Parole de Dieu, avec des temps communautaires et un accompagnement spirituel.

Plusieurs formats sont possibles : une semaine sur un rythme d'accompagnement quotidien, plusieurs semaines sur un rythme d'accompagnement hebdomadaire...

### **Jeunes**

Pour les jeunes adultes (terminales, étudiants, jeunes pro) possibilité d'organiser en lien avec leur lieux d'insertion (institutions, écoles, aumôneries, mouvements, etc.) des sessions de 2 à 3 jours ou des interventions régulières autour de :

- Prier avec la Parole de Dieu,
- Comment faire la volonté de Dieu ?
- Relire son parcours pour mieux s'orienter,
- Poser des choix en liberté, prendre une décision...

### **Autres**

Formations, haltes spirituelles, discernement communautaire, relecture de mission ecclésiale, retraite prêchée ou individuelle...

Pour toute demande s'adresser à : **animation@coteaux-paix.net**

# Pour les ACCOMPAGNATEURS SPIRITUELS



## Formation à l'accompagnement spirituel (FASP)

Cette formation s'adresse à des personnes envoyées par l'Église (mouvements, diocèses, paroisses, congrégations...) ayant le désir de se former à l'accompagnement spirituel.

Merci d'envoyer une lettre de présentation à :

**direction@coteaux-pais.net**

Le cycle de formation comprend 7 sessions d'octobre 2024 à juin 2025.

- ▶ Du jeudi 17 - 19h au samedi 19 octobre 2024 - 18h30
  - ▶ Du vendredi 8 - 19h au dimanche 10 novembre 2024 - 16h30
  - ▶ Du jeudi 12 - 19h au samedi 14 décembre 2024 - 18h30
  - ▶ Du vendredi 17 - 19h au dimanche 19 janvier 2025 - 16h30
  - ▶ Du jeudi 27 - 19h au samedi 29 mars 2025 - 18h30
  - ▶ Du vendredi 16 - 19h au dimanche 18 mai 2025 - 16h30
  - ▶ Du jeudi 12 - 19h au samedi 14 juin 2025 - 18h30
- Notre-Dame de Livron, Caylus (82)

La formation implique la participation à une retraite de 8-10 jours, individuellement accompagnée, selon les Exercices spirituels de saint Ignace.

## Formation continue des accompagnateurs

En journée ou en week-end, réservée aux accompagnateurs des Coteaux-Païs, pour relecture de leurs pratiques, approfondissement et temps convivial.

Voir le site : **www.coteaux-pais.net**

## Supervision

Les accompagnateurs spirituels des Coteaux-Païs font partie d'un groupe de supervision et peuvent aussi bénéficier d'une supervision individuelle.

## Qui sont les JÉSUITES ?

Fondée au XVI<sup>e</sup> siècle par saint Ignace de Loyola, la Compagnie de Jésus est un ordre religieux catholique. La Province d'Europe occidentale francophone (France, Belgique, Luxembourg, Grèce, Réunion et Maurice) compte 450 prêtres, frères et scolastiques (étudiants), répartis en 34 communautés.

### « Amis dans le Seigneur »

Les jésuites, appelés aussi Compagnons de Jésus, sont unis par un profond amour de Jésus-Christ, façonnés par la pratique régulière des Exercices spirituels. Unis entre eux, ils rejoignent les réalités humaines les plus diverses pour y apporter la foi et la justice de l'Évangile.

### « Aimer et servir »

Hommes de contemplation et d'action, les Jésuites sont engagés dans des missions variées : éducation, pastorale des jeunes, accompagnement spirituel, service des pauvres et des réfugiés, recherche intellectuelle et publications... Cette diversité vient de l'intuition qu'aucun aspect de la vie humaine n'est étranger à Dieu.

> Pour en savoir plus : [www.jesuites.com](http://www.jesuites.com)



# LES CENTRES SPIRITUELS



## ■ CENTRES SPIRITUELS JÉSUITES

Les cinq centres spirituels jésuites en France et en Belgique sont animés par des équipes composées de pères jésuites, de religieuses et de laïcs de tradition ignatienne.

- **Manrèse** (Ile-de-France)  
Tel : 01 45 29 98 60 ..... [manrese.com](http://manrese.com)
- **Le Châtelard** (Lyon)  
Tel : 04 72 16 22 33 ..... [chatelard-sj.org](http://chatelard-sj.org)
- **Les Coteaux-Païs** (Sud-Ouest)  
Tel : 05 62 71 65 30 ..... [coteaux-pais.net](http://coteaux-pais.net)
- **La Pairelle** (Namur - Belgique)  
Tel : 00 (32) 81 46 81 11 ..... [lapairelle.be](http://lapairelle.be)
- **Penboc'h** (Vannes)  
Tel : 02 97 44 83 83 ..... [penboch.fr](http://penboch.fr)



## ■ CENTRES IGNATIENS

DE LA COMMUNAUTÉ DE VIE CHRÉTIENNE (CVX)

- **Le Hautmont** (Lille)  
Tel : 03 20 26 09 61 ..... [hautmont.org](http://hautmont.org)
- **Saint-Hugues de Biviers** (Grenoble)  
Tel : 04 76 90 35 97 ..... [st-hugues-de-bivier.org](http://st-hugues-de-bivier.org)

DES SŒURS DU CÉNACLE

- **Notre-Dame du Cénacle** (Versailles)  
Tel : 01 39 50 21 56 ..... [ndcenacle.org](http://ndcenacle.org)

DES RELIGIEUSES DU SACRÉ-CŒUR DE JÉSUS

- **Centre Sophie Barat** (Joigny)  
Tel : 03 86 92 16 40 ..... [centre-sophie-barat.com](http://centre-sophie-barat.com)

## PAS ignatien

Un réseau de la famille ignatienne qui veut

**Promouvoir, Aider et Soutenir** les propositions spirituelles ignatiennes

[lepasignatien.wordpress.com](http://lepasignatien.wordpress.com)

[contact@lepasignatien.com](mailto:contact@lepasignatien.com)

## Exercices et Renouveau

Association s'inspirant de la pédagogie des Exercices Spirituels de saint Ignace de Loyola et s'appuyant sur la grâce du Renouveau Charismatique. Elle organise des retraites, des haltes spirituelles, des parcours de formation...

site: <https://www.exercices-et-renouveau.org>

contact: [Exercices.et.renouveau@gmail.com](mailto:Exercices.et.renouveau@gmail.com) ; tel: 06 83 39 44.17

## Va et Deviens

L'association « Va et Deviens », de spiritualité jésuite, propose de prendre le temps d'une pause personnelle (seul ou en couple) pour remettre cœurs et esprits dans l'axe de ce qui fait vivre.

<https://abbaye-blauvac.com/expositions-sessions/les-sessions-a-l-abbaye/va-et-deviens>

## POUR NOURRIR SA VIE SPIRITUELLE



**Portail Prie en chemin** : un espace de ressourcement en ligne pour découvrir et vivre les *Exercices spirituels* au cœur de sa vie quotidienne : podcasts de méditation guidée, topos vidéos, retraites en ligne, annuaire des retraites en centres spirituels... [prienchemin.org](http://prienchemin.org)



**Click to Pray** : chaque mois prier avec le Pape pour les grands défis de l'humanité et de la mission de l'Eglise. [clicktopray.org/fr](http://clicktopray.org/fr)

## Christus

**Revue Christus** : pour les accompagnateurs et tous ceux qui veulent approfondir leur vie spirituelle. [revue-christus.com](http://revue-christus.com)



**Éditions jésuites** : des publications pour nourrir sa foi et sa recherche personnelle. [editionsjesuites.com](http://editionsjesuites.com)

# Soutenir la spiritualité ignatienne

Bulletin de générosité

A photograph of a garden scene. In the background, two people are sitting on a white bench on a grassy area. In the foreground, there are several tulips in shades of red, orange, and yellow. A white wall and a tree with white blossoms are also visible. A vertical dotted line runs through the center of the image.

*« Nous voulons rendre grâce pour la richesse de l'accompagnement jusqu'au mariage qu'on nous a offert. »*

*« Merci pour votre magnifique travail. Cela me soutient vraiment dans ma foi et dans ma vie. »*

Le Centre spirituel remercie chaleureusement tous les bienfaiteurs qui apportent leurs soutiens.

Sans cette longue lignée de bienfaitrices et de bienfaiteurs qui remonte jusqu'à l'aventure spirituelle de saint Ignace, la Compagnie de Jésus n'aurait pas existé ! La présence de ces femmes et de ces hommes qui l'aidèrent a été pour lui un réel témoignage de la miséricorde de Dieu. Les uns par leur temps donné, les autres financièrement.

**Nous sommes heureux de perpétuer ce geste et de vous inviter à participer à la mission de la Compagnie de Jésus.**

**Merci de votre aide !**

**OUI, je fais un don** selon mes possibilités :

50 €    100 €    300 € ou ..... € (*montant libre*)

Civilité ..... NOM : ..... Prénom .....

Adresse : .....

CP : ..... Ville : .....

Email : .....

**Je soutiens directement le Centre spirituel**

Châtelard    Coteaux-Païs    La Pairelle

Manrèse    Penboc'h (*cochez la case*)

Ce don ne  
donne pas droit  
à un reçu  
fiscal.

Bulletin à adresser au Centre spirituel soutenu accompagné d'un chèque à l'ordre du Centre spirituel.

**Je soutiens la Compagnie de Jésus,**

principal contributeur du Centre spirituel,  
pour toutes les actions caritatives qu'elle porte.

Un reçu  
fiscal vous sera  
envoyé.

**Par chèque :** bulletin à adresser au Bureau du développement, Compagnie de Jésus, 42 bis rue de Grenelle 75007 Paris, accompagné d'un chèque à l'ordre de la Compagnie de Jésus (*précisez quel Centre vous fréquentez au dos du chèque*)

**Ou don en ligne :** [www.jesuites.com/don](http://www.jesuites.com/don) (*précisez quel Centre vous fréquentez dans le champ « message personnel »*)

**Ou virement bancaire :** IBAN : FR76 3006 6100 4100 0202 1330 129  
RIB : 30066 10041 00020213301 29 (*en précisant « DON », votre NOM et quel Centre vous fréquentez dans le libellé*).

Je souhaite recevoir une documentation sur les legs, donations et assurances-vie.

Conformément à la loi informatique et libertés, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression vous concernant en vous adressant au Centre spirituel. En remplissant ce formulaire, vous reconnaissez être informé que vos informations personnelles seront utilisées par le Centre spirituel ou la Compagnie de Jésus uniquement aux fins suivantes : la réalisation du don et de la réduction fiscale correspondante le cas échéant, la gestion de la relation donateurs. Vos données personnelles pourront être utilisées par le Centre spirituel ou la Compagnie de Jésus, ou communiquées à leurs prestataires, aux seules fins précitées et pour la durée strictement nécessaire à la réalisation de celles-ci. Afin de vous tenir informé(e) de l'actualité du Centre spirituel, vous acceptez de recevoir sa newsletter et son programme. Si vous ne le souhaitez pas, merci de contacter le Centre spirituel. Vous acceptez également de recevoir des prospections caritatives de la part du Centre spirituel ou de la Compagnie de Jésus. Si vous ne le souhaitez pas, merci de nous écrire. Vos coordonnées sont susceptibles d'être transmises à d'autres œuvres jésuites pour promouvoir leurs missions. Si vous ne le souhaitez pas, merci de cocher la case

## Modalités pratiques



### Pour vous inscrire à une retraite

Il est nécessaire de s'inscrire sur le site internet :

**[www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net)**

ou, par courrier postal, en précisant les informations décrites dans le bulletin d'inscription ci-joint, avec un chèque d'arrhes de 80€ à l'ordre des Coteaux-Païs, à envoyer à

**Coteaux-Païs, 9 rue Monplaisir, 31400 Toulouse**

L'inscription sera définitive à réception du bulletin d'inscription et du chèque en précisant bien lieu et dates (début et fin).

Adresser également une lettre de motivation-présentation à :

**[direction@coteaux-pais.net](mailto:direction@coteaux-pais.net)**

En cas de désistement, nous vous remercions de nous prévenir rapidement pour ne pas pénaliser les personnes en liste d'attente. Moins de 8 jours avant le début de la retraite aucun remboursement n'est prévu.

### Tarifs

Le coût d'une retraite est composé du coût d'hébergement et du coût d'animation.

- Frais d'hébergement : entre 50 et 75 € par jour et par personne, fixé selon le lieu d'accueil et la période ; voir le site internet pour chaque proposition.

- Frais d'accompagnement et d'animation : entre 30 € et 60 € par jour et par personne. (Prix moyen indicatif 45 €).

La fourchette indiquée permet une entraide entre retraitants : ceux qui peuvent donner davantage facilitent l'inscription de tous pour que la question financière ne soit pas un obstacle pour avancer spirituellement. En cas de difficulté, n'hésitez pas à l'évoquer dans votre lettre.

## Pour vous inscrire à une autre proposition

Voir le site internet :

[www.coteaux-pais.net](http://www.coteaux-pais.net)

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Mme - Mr - P - Sr - Fr

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_

Tél. fixe \_\_\_\_\_

Portable \_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Profession \_\_\_\_\_

Année de naissance \_\_\_\_\_

Congrégation/mouvement d'Eglise \_\_\_\_\_

S'inscrit à la retraite/ halte / parcours/ session

Titre \_\_\_\_\_

Du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_

À \_\_\_\_\_

Pour une retraite, il est demandé de verser 80 € d'arrhes

À \_\_\_\_\_

Le \_\_\_\_\_

Signature

# CALENDRIER 2024/2025

Date	Propositions	Lieux	Page
<b>AOÛT 2024</b>			
sa 31 - di 1er	Week-end pour prier et contempler	Vicdessos (09)	15
<b>SEPTEMBRE 2024</b>			
sa 14	Journée « marcher et prier »	Millau (12)	16
di 29	Journée « marcher et prier en famille » à préciser		19
<b>OCTOBRE 2024</b>			
ve 4 - di 6	L'un croit l'autre pas	Caylus (82)	20
sa 5	Journée spirituelle et fraternelle	Céret (66)	16
sa 5	Journée « marcher et prier »	Rodez (12)	16
sa 5 - di 6	Repères pour décider	Toulouse (31)	22
lu 7	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
ma 8	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
sa 12	Chemin d'espérance, swwéparés-divorcés	Toulouse (31)	21
di 13	Formation à l'écoute	Belloc (64)	22
ma 15	Exercices spirituels pour les nuls	Toulouse (31)	17
je 17 - sa 19	FASP	Caylus (82)	24
sa 19	Journée montagne et prière	Hasparren(64)	16
<b>NOVEMBRE 2024</b>			
lu 4	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
ma 5	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
ve 8 - di 10	FASP	Caylus (82)	24
di 10 - di 17	Retraite 8 jours	Loyola (Esp.)	11
lu 11	Formation à l'écoute	Belloc (64)	22
je 14	Le pouvoir dans le couple	Toulouse (31)	19
ve 15 - di 17	Session Cinéma	Toulouse (31)	17
sa 16	Chemin d'espérance, séparés-divorcés	Toulouse (31)	21
sa 16	Habiter ma place d'aidant	Vaylats (46)	18
lu 18	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
ma 19	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18

# CALENDRIER 2024/2025

Date	Propositions	Lieux	Page
<b>NOVEMBRE 2024</b>			
sa 23 - di 24	Formation à l'écoute	Belloc (64)	22
lu 25	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
ma 26	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
<b>DECEMBRE 2024</b>			
lu 2	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
ma 3	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
sa 7 - sa 14	SEPAC	Rivesaltes(66)	14
sa 7	Habiter ma place d'aidant	Vaylats (46)	18
lu 9	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
ma 10	Lecture biblique : Cycle Abraham	Toulouse (31)	18
je 12 - sa 14	FASP	Caylus (82)	24
<b>JANVIER 2025</b>			
sa 11 ou 18	Habiter ma place d'aidant	Vaylats (46)	18
sa 11 - di 12	Formation à l'écoute	Toulouse (31)	22
ma 14	Habiter ma place d'aidant	Pau (64)	18
je 16	Vivre avec nos aînés	Toulouse (31)	20
ve 17 - di 19	FASP	Caylus (82)	24
sa 18	Chemin d'espérance, séparés-divorcés	Toulouse (31)	21
sa 18 - di 19	Halte Spirituelle : lâcher prise	Belloc (64)	15
sa 25	Formation à l'écoute	Toulouse (31)	22
<b>FEVRIER 2025</b>			
sa 1er - di 2	Est-ce lui, est-ce elle ?	Tournay (65)	21
sa 8	Formation à l'écoute	Toulouse (31)	22
ve 14 - je 20	Retraite d'initiation 5 jours	Vaylats (46)	9
ve 14 - di 23	Retraite 8 jours	Vaylats (46)	11
ve 14 - ma 25	Retraite 10 jours	Vaylats (46)	12
ve 21 - ma 25	Retraite 3 jours	Vaylats (46)	10
ve 21 - je 27	Retraite 5 jours	Échourgnac (24)	10

# CALENDRIER 2024/2025

Date	Propositions	Lieux	Page
<b>FEVRIER 2025</b>			
ve 21 - di 2	Retraite 8 jours	Échourgnac (24)	11
ve 28 - di 2	Recevoir, transmettre, réinventer	Caylus (82)	15
<b>MARS 2025</b>			
sa 1er ou 15	Chemin d'espérance, séparés-divorcés	Toulouse (31)	21
je 6	Vie professionnelle - vie familiale	Toulouse (31)	20
di 16 - sa 22	SEPAC	Pau (64)	14
di 23	Une journée au désert	Rodez (12)	16
je 27 - sa 29	FASP	Caylus (82)	24
sa 29 - di 30	Notre vie à deux, au souffle de l'Esprit	Vaylats (46)	21
<b>AVRIL 2025</b>			
sa 5	Journée « marcher et prier »	Laissac (12)	16
sa 5 - di 6	Est-ce lui, est-ce elle ?	Toulouse (31)	21
ma 8 - di 13	Retraite cinéma 5 jours	Maumont (16)	13
ma 29 - di 4	Retraite d'initiation 5 jours	Dourgne (81)	9
ma 29 - je 8	Retraite 8 jours	Dourgne (81)	11
<b>MAI 2025</b>			
ve 16 - di 18	FASP	Caylus (82)	24
<b>JUIN 2025</b>			
je 12 - sa 14	FASP	Caylus (82)	24
sa 14	Journée « marcher et prier »	Doumy (64)	16
sa 14	Chemin d'espérance, séparés-divorcés	Toulouse (31)	21
<b>JUILLET 2025</b>			
ve 4 - je 10	Retraite d'initiation 5 jours	Vaylats (46)	9
ve 4 - di 13	Retraite 8 jours	Vaylats (46)	11
ve 4 - ma 15	Retraite 10 jours	Vaylats (46)	12
je 10 - lu 14	Retraite 3 jours	Vaylats (46)	10
ma 15 - lu 21	Retraite 5 jours	Vaylats (46)	10

# CALENDRIER 2024/2025

Date	Propositions	Lieuxw	Page
<b>JUILLET 2025</b>			
ma 15 - je 24	Retraite 8 jours	Vaylats (46)	11
ma 15 - sa 26	Retraite 10 jours	Vaylats (46)	12
lu 21 - ve 25	Retraite 3 jours	Vaylats (46)	10
sa 26 - je 1	Retraite 5 jours	Vaylats (46)	10
sa 26 - lu 4	Retraite 8 jours	Vaylats (46)	11
sa 26 - me 6	Retraite 10 jours	Vaylats (46)	12
<b>AOÛT 2025</b>			
ve 1er - ma 5	Retraite 3 jours	Vaylats (46)	10
ve 22 - je 28	Retraite 5 jours	Belloc (64)	10
ve 22 - di 31	Retraite 8 jours	Belloc (64)	11
ve 22 - ma 2	Retraite 10 jours	Belloc (64)	12
lu 25 - di 31	Retraite - Service pour les jeunes	Vaylats (46)	13
ve 29 - ma 2	Retraite 3 jours	Belloc (64)	10

# CENTRE SPIRITUEL COTEAUX-PAÏS

**WWW.COTEAUX-PAIS.NET**

9 rue Monplaisir  
31400 Toulouse

Secrétariat  
05 62 71 65 30  
[secretariat@coteaux-pais.net](mailto:secretariat@coteaux-pais.net)

[direction@coteaux-pais.net](mailto:direction@coteaux-pais.net)  
[animation@coteaux-pais.net](mailto:animation@coteaux-pais.net)  
[compta@coteaux-pais.net](mailto:compta@coteaux-pais.net)

Aveyron : [aveyron@coteaux-pais.net](mailto:aveyron@coteaux-pais.net)

Bayonne : [bayonne@coteaux-pais.net](mailto:bayonne@coteaux-pais.net)

Montauban : [montauban@coteaux-pais.net](mailto:montauban@coteaux-pais.net)

Pau : [pau@coteaux-pais.net](mailto:pau@coteaux-pais.net)

Perpignan : [perpignan@coteaux-pais.net](mailto:perpignan@coteaux-pais.net)



Les Centres spirituels  
jésuites

@centres\_spi

[www.jesuites.com/centres-spirituels-jesuites/](http://www.jesuites.com/centres-spirituels-jesuites/)