

THEOTOKOS ACADEMY

Pralognan la Vanoise

21-27 juillet 2024

LIVRET DE SÉJOUR

Edition 2024

SOMMAIRE

02

Mot d'accueil

05

Intervenants & contacts

06

Règles de vies en communauté

08

Planning du séjour

09

Plan des activités

10

Numéros d'urgence



Mots d'accueil

Chers participants,

Nous vous souhaitons la bienvenue pour cette session. Nous allons cheminer quelques jours ensemble pour nous laisser attirer par Jésus, interpeller, aimer et éclairer par Lui. Jésus se veut mendiant de notre « eau » qui symbolise notre amour, notre coopération, notre désir et notre misère. Il a l'initiative de la rencontre avec nous comme avec la samaritaine. Il se fait petit, pauvre et dépendant de nous. Il veut éveiller notre sens du partage et notre générosité. Avec Lui nous allons approfondir le sens de la rencontre avec une personne humaine. En le regardant nous voulons apprendre à donner une qualité unique à nos rencontres en repérant les éléments importants qui entrent en jeu.

Nous souhaitons aussi durant cette semaine dire à Jésus de nous donner à son tour l'eau vive dont il dispose. Nous voulons qu'il nous abreuve de l'eau de l'Esprit Saint, qui est l'Amour de Dieu répandu dans nos cœurs. Nous souhaitons être transformés, purifiés par son Amour. A l'image de la Vierge Marie et du disciple que Jésus aimait, nous voulons puiser la force et la lumière nécessaire pour aimer à notre tour comme il nous aime.

Avec la Lumière de l'Esprit Saint et de notre raison pratique, nous voulons grandir dans notre sens du discernement pour découvrir notre propre mission, faire la Volonté de Dieu et poser un bon choix de vie. Le Seigneur nous fait confiance en nous laissant la liberté de choisir notre état de vie pour approfondir notre grâce baptismale. Avec l'aide du Seigneur, nous espérons faire grandir notre liberté de choisir la vie et le bonheur.

Que le Seigneur, par l'intercession de la Vierge Marie et de saint Joseph, dispose nos cœurs à s'ouvrir à son action et à recevoir tous les dons qu'il veut nous faire durant cette semaine.

Amicalement,

Frère Louis-François.

Les objectifs de la session

- Apprendre à soigner la qualité de ses rencontres
- Prendre conscience des moyens à prendre pour bâtir des relations saines et durables
- Avoir des clés de discernement pour mieux choisir son (sa) partenaire
- Accueillir l'Amour de Dieu, l'accepter, la faire grandir pour mieux l'offrir à notre partenaire
- Ne pas laisser de la place au sentiment de culpabilité
- Ouvrir son cœur pour mieux accueillir l'autre
- Apprendre à être heureux(se) seul(e) afin de mieux rendre heureux(se) l'autre

Mots d'accueil

Bienvenue à Pralognan !

Que de chemin parcouru, nous voici à la 12ème édition des sessions Theotokos !

Rencontres, amitiés, mariages... chaque session est l'occasion de vivre un temps de vacances convivial, fraternel et spirituel.

Tu viens peut-être avec au fond du cœur la secrète espérance de rencontrer ton âme sœur. C'est normal et légitime !

Si je peux te témoigner de plusieurs mariages à l'issue de sessions, ils restent rares. Cependant, réjouis-toi, ! Nombreux sont les partages féconds et les belles amitiés qui s'y nouent. Chaque séjour est une véritable école d'ouverture des cœurs, avec le Seigneur pivotant au cœur de nos partages ! Crois-moi, tu ne repartiras pas comme tu es arrivé/e : Il réserve une grâce particulière à chacun !

Je t'invite à vivre ce séjour, tel que tu es (une merveille ! Psaume 138-14). A l'expérimenter dans la simplicité, comme un temps privilégié de détente, d'ouverture, de découverte de toi, des autres, dans une altérité toute fraternelle, sans projection, ni attente. Juste dans l'émerveillement de qui tu es, de ce qu'est l'autre ; dans vos talents et vos différences.

C'est souvent dans ces conditions que les échanges sont les plus féconds.

Belle session à toi, dans la joie d'être infiniment aimé/e par le Christ. Il a donné sa vie pour toi !

Fraternellement,

Olivier ORNA

Intervenants



Frère LOUIS-FRANÇOIS

Prêtre de la communauté St Jean

Je m'appelle Frère Louis François. Je suis originaire du Sénégal. J'ai fait des études de droit, de gestion hôtelière et touristique. J'ai travaillé pendant 6 ans dans le tourisme. J'ai fait mon entrée en communauté chez les Frères de Saint-Jean en 2008 à Simbock (Cameroun). J'ai prononcé mes vœux perpétuels en 2015 à Paray le Monial et j'ai été ordonné prêtre en 2018. Je suis assistant du recteur du sanctuaire ND de grâces à Cotignac, référent pour l'imposition du scapulaire de saint Joseph. Je prie pour vous et je vous invite à prier pour ma mission et ma conversion.



Mirana & David MIQUEL

Thérapeute et coach de vie

Thérapeutes et coachs spécialisés dans les relations amoureuses, nous nous sommes rencontrés sur Theotokos et sommes parents d'une petite Maria. Nous avons accompagné des centaines de célibataires à rencontrer la personne qui leur correspond à travers différentes interventions : week-ends célibataires, séjours célibataires, webinaires, coachings, accompagnements...



Denis MOURET

Animateur de séjours

Je m'appelle Denis et comme vous, je suis inscrit à Theotokos et donc comme vous, je suis célibataire et cherche une jolie rencontre. Je me suis inscrit à cette session à Pralognan car rien de tel que de se rencontrer dans la vraie vie en faisant des activités. Comme j'ai longtemps travaillé dans l'animation comme DJ et chanteur, j'ai proposé à Olivier d'animer vos soirées.



Olivier ORNA

Entrepreneur chrétien

Co-fondateur des sites Theotokos.fr et Theotokos-voyages.fr, j'organise des séjours sportifs et spirituels pour les célibataires chrétiens. Etonnement, la vie m'a conduit à vivre tous les statuts mentionnés sur Theotokos : célibat qui dure, divorce, papa solo, veuf... Même s'il m'est difficile de comprendre où Dieu me conduit à travers ces épreuves, je veux croire que chacune est une invitation à discerner mes vulnérabilités, pour mieux comprendre les cœurs blessés, et nourrir plus de compassion envers les célibataires, quelque soit leur statut et leur état de vie. Je veux croire que Dieu fait fleurir des fleurs sur nos blessures et nos cendres.

Règles de vie en communauté

Quelques consignes

Soyez **assurés** que nous mettons tout en œuvre afin que ce temps de détente soit source de joies fraternelles et spirituelles. N'oubliez pas que ce séjour sera aussi ce que vous en ferez. Au-delà des petits tracass quotidiens, faites preuve de **bonne humeur**, de bienveillance et de délicatesse les uns envers les autres afin que chacun se sente accueilli et aimé **tel qu'il est**.

Vivre ensemble

Le village club nous accueille en même temps que d'autres clients.

Nous vous invitons à **respecter** les règles élémentaires de bien vivre propres à ce lieu :

- Arriver à l'heure aux activités, aux repas, aux enseignements, messes, veillées et activités sportives,
- Respecter le silence, éviter le bruit après **22h00** (claquement de portes, douches, conversations à voix haute dans les couloirs ou sous les fenêtres de chambres...)
- Veiller à respecter la propreté des lieux.

Équipements et tenues nécessaires pour les activités

- **Pour les soirées et veillées** : Tenues élégantes pour les soirées dansantes
- **Pour les randonneurs** : chaussures adaptées à la marche, T-shirt de rechange, crème solaire, lunettes de soleil, chapeau / casquette, sac à dos, gourde, polaire / sweat, coupe-vent de type k-way, T-shirt de rechange.
- **Pour l'activité via ferrata, tyrolienne** : chaussures à semelles crantées (chaussures de randonnée ou de trail) tenant bien au pied, pantalon, t-shirt

Et si vous partagiez vos talents ? Les musiciens et chanteurs sont invités à se manifester, pour animer notamment les messes. Si certains d'entre vous possèdent des talents particuliers pour participer à l'animation (magie, chant, mime, danse, spectacle), n'hésitez pas à nous en faire part !

S'écouter en groupe

En silence, chacun écrit quelques mots en répondant à chacune des questions. Puis chacun peut prendre la parole, sans être interrompu, sauf pour une question de compréhension. Après que chacun se soit exprimé, on refait un tour. On prend alors la parole pour dire « ce qui a fait écho en nous » en entendant tel ou telle.

En binôme, la méthode « à quatre temps »

1- A prend la parole et raconte un point particulier. Et parle tout le temps qu'il faut jusqu'à ce qu'il dise : j'ai fini. Il peut avoir des temps de silence. B écoute sans intervenir du tout sauf s'il ne comprend pas.

2- Puis B dit ce qui a fait écho en lui/elle en écoutant, mais sans interpréter ou donner son avis.

3- B prend alors la parole et raconte à son tour son point particulier (comme en 1). A écoute tout le temps qu'il faut.

4- Puis A dit ce qui a fait écho en lui/Elle

Chaque intervention se conclut par : «j'ai fini».

Planning du séjour



Theotokos Academy - Pralognan en Vanoise 21-27 août 2024

Programme

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	21/07/2024	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024	27/07/2024
A partir de 7h30		Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner
9h00-11h15		RANDONNEE JOURNEE	Enseignement et partage Père François Louis, David et Mirana	Enseignement et partage Père François Louis, David et Mirana	Enseignement et partage Père François Louis, David et Mirana	RANDONNEE JOURNEE	10h00 Retour sur le séjour
11h30			Messe	Messe	Messe		11h00 Messe d'envoi
12h15		Messe et pique-nique au sommet	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Messe et pique-nique au sommet	Fin de séjour
13h45-18h00	Accueil & Installation à partir de 17h00	RANDONNEE JOURNEE	Activité montagne choisie : VTT, Via ferrata, accrobranches-tyrolienne, rando, escape game	Après-midi libre ou activité (tableau groupe activité affiché le jour.J)	Activité montagne au choix : VTT, Via ferrata, accrobranches-tyrolienne, rando, escape game	RANDONNEE JOURNEE	
18h30-19h45			Apéro-spi & coach	Apéro-spi & coach	Apéro-spi & coach	Apéro-spi & coach	
19h45	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Apéro-spi & coach	
21h15	Présentation du séjour	Soirée dégustation des spécialités apportées par chacun	Surprise et soirée dansante	Veillée Spi	Rencontre avec l'infini (astronomie)/ soirée libre	Soirée des talents et Soirée dansante Tous avec un petit truc rose	
	Salle Miléade	Salle Miléade	Salle Miléade	Salle Miléade	RDV devant office tourisme	Salle Miléade	

Olivier : 06 83 91 05 29 Miléade Accueil : 04 79 08 19 19

Retrouvez toutes les activités aussi proposées par la station :

<https://www.pralognan.com/activites/activites-ete/toutes-les-activites-ete/>

[illegible]

Contacts d'urgence

| En cas de problème sur le séjour

Olivier ORNA

06.83.91.05.29

Miléade Accueil

04.79.08.19.19

Pour les grosses urgences, merci de contacter le 17 (police), le 18 (pompiers) ou le 15 (samu).

Bon séjour à toutes et à tous !

Crédits

Création graphique et mise en page : Lysa BENGONO

Rédaction : Olivier ORNA