



Centre spirituel du  
**Hautmont**

PROGRAMME 2019.2020



Grandir  
en humanité

PRÉSENCE À SOI, AU MONDE



# LE CENTRE SPIRITUEL DU HAUTMONT

---

## Qui sommes-nous ?

Lieu d'Église ouvert à toute personne et tout groupe en recherche de sens sur sa vie et l'évolution de la société, le Centre spirituel du Hautmont aborde la spiritualité à travers toutes les dimensions de la vie : la vie familiale et professionnelle, l'ouverture à l'intériorité, la relation à l'autre et l'expérience de l'altérité.

Notre pédagogie cherche à promouvoir un développement intégral de la personne. Elle prend en compte de manière équilibrée raison et affectivité, souci de soi et souci des autres, réflexion et action, intériorité et engagement. Une place essentielle est accordée à la relecture des expériences et à l'exercice du discernement. Il s'agit de cultiver la liberté à travers les décisions quotidiennes.

## Que propose la maison ?

Toute l'année, grâce à une équipe d'animateurs, d'accompagnateurs et de bénévoles, vous pourrez vivre au Hautmont :

- de nombreuses sessions visant à la croissance de toute la personne ;
- des formations humaines et spirituelles ;
- des temps d'accueil, d'écoute et d'accompagnement (spirituel, familial, etc.).

La Maison reçoit également des mouvements d'Église, divers groupes associatifs et professionnels ainsi que des familles, pour toute formation, séminaire ou réunion. Nos salles, d'une capacité de 8 à 250 personnes, sont à votre disposition, ainsi qu'une offre de restauration et d'hébergement. Nous vous invitons aussi à visiter et profiter de notre parc.

## → Impulse

### en 2019-2020, un pas de plus vers 2025



- Partageons nos réussites,
  - Écoutons le monde
  - Insufflons la suite!
- 2 temps, 3 mouvements  
pour co-construire
- 👉 Dates à consulter  
sur notre site internet



Le Hautmont s'inscrit dans une dynamique écologique, marquée par sa participation au label "Église verte". Cet engagement se vit dans une attention à l'environnement et aux autres, appelés à être respectés. Plusieurs activités du programme témoignent de cette démarche.

× Vous trouverez dans le programme de cette année de nombreuses nouveautés. Plusieurs activités nous permettront de réfléchir sur le thème «Masculin, féminin : dans la liberté, respectons nos différences».

**La Communauté de Vie Chrétienne (CVX)** 📍 [www.cvxfrance.com](http://www.cvxfrance.com)  
est responsable de l'animation du Centre spirituel du Hautmont.  
Elle travaille en partenariat avec Fondacio 📍 [www.fondacio.fr](http://www.fondacio.fr)  
Découvrez aussi le **Centre spirituel Saint-Hugues**, autre centre de la CVX  
📍 [www.sainthugues.fr](http://www.sainthugues.fr)

**Ainsi que les autres centres spirituels ignatiens**

📍 [www.hautmont.org/qui-sommes-nous/liens](http://www.hautmont.org/qui-sommes-nous/liens)

# GRANDIR EN HUMANITÉ

PRÉSENCE À SOI, AU MONDE

La Cité du Sens	5
Hautmont Pro	6
Être présent à soi - Cultiver son intériorité	8
Poser des choix éclairés	9
Mieux se connaître pour mieux rencontrer l'autre	10
Célibataires	11
Couples, tracer ensemble une route renouvelée	12
Vivre et grandir en famille	13
Vivre les étapes, traverser les épreuves de la vie	15
L'art, entre contemplation et création	16
Hautmont pratique	17
Calendrier	18



Jeunes de 18 à 35 ans, pensez-y !

**N** indique les nouveautés



# LA CITÉ DU SENS

## FORMATS COURTS

### VERS UN PLUS JUSTE RAPPORT AU MONDE ET AUX AUTRES

Tout au long de l'année, de nombreuses rencontres sont programmées sous forme de conférences, débats, films, ateliers... Pour être tenu informé de toutes les actualités

- Consultez notre site internet  
ou abonnez-vous à notre lettre numérique.

#### ► Au jardin !

Au rythme des saisons, travaux dans le parc, dans le cadre de la démarche écologique du Hautmont : entretiens des massifs, ateliers de jardinage, récolte des poires du verger...



#### ► Hackasens, le hackaton du sens



> V. 3 avr (18h30-22h) et S. 4 avr 2020 (8h30-22h)

Une équipe du Hautmont

Un marathon créatif intergénérationnel pour concevoir et soutenir des projets économiques et sociaux qui contribuent au bien commun, en approfondissant leur sens grâce à une méthodologie originale. Pour les porteurs de projet et toute personne souhaitant devenir «coacteur de sens».

# HAUTMONT PRO

## VIE PROFESSIONNELLE

---

### ► Soirées Vivre l'économie autrement

À la rencontre d'acteurs économiques et sociaux inspirants, qui renouvellent le monde de l'entreprise et des organisations pour une économie au service de l'homme.

🕒 *Dates et thèmes, consulter notre site.*

### ► Un management agile et respectueux de l'humain, c'est possible !

> J. 19 sept (9h) au V. 20 sept 2019 (17h)

> Ou J. 16 janv (9h) au V. 17 janv 2020 (17h)

> Ou Ma 26 mai (9h) au Me. 27 mai 2020 (17h)

**Isabelle Wibault**, psychologue, accompagnement des transitions professionnelles

Pour managers ou responsables d'organisations, soucieux de cultiver la qualité de vie au travail et mieux accompagner les collaborateurs. Avec les neurosciences, concilier motivations des salariés et performance.

### ► Entrer en relation et collaborer intelligemment les uns avec les autres

> V. 18 oct (9h) au S. 19 oct 2019 (17h)

> Ou V. 24 janv (9h) au S. 25 janv 2020 (17h)

> Ou Ma. 21 avr (9h) au Me. 22 avr 2020 (17h)

**Isabelle Wibault**, psychologue consultante, accompagnement et transitions professionnels

Mieux se connaître pour mieux comprendre l'autre, grâce au MTBI. Des clefs relationnelles utiles dans un monde aux interactions complexes.

× Le modèle MBTI décrit la personnalité de manière dynamique et détaillée, aidant ainsi à accepter et apprécier l'autre avec ses différences et à identifier des axes de développement pour améliorer les relations.

### ► Manager avec l'ennéagramme N

> J. 7 nov (9h) et V. 8 nov 2019 (17h)

> Ou J. 19 mars (9h) et V. 20 mars 2020 (17h)

**Vincent Carpentier et Catherine Delaporte**, formateurs

Par la connaissance de son ennéatype, mieux comprendre son propre mode de management et le fonctionnement de ses collaborateurs : appréhender les situations pour éviter frustrations, incompréhensions ou épuisement.

Prérequis : avoir suivi le «niveau 1» de l'ennéagramme et connaître son ennéatype.

## ► **Épuisement professionnel : se relever et se prémunir**

- > V. 29 nov (16h30) au D. 1<sup>er</sup> déc 2019 (17h)
- > Ou J. 12 mars (16h30) au S. 14 mars 2020 (17h)
- > Ou J. 4 juin (16h30) au S. 6 juin 2020 (17h)

**Isabelle Wibault**, psychologue, accompagnement et transitions professionnels

Souffrance au travail, surmenage, épuisement, burn-out...

Le monde professionnel n'est pas exempt de risques. Prendre soin de soi dans ou après l'épreuve et rebondir. Avec l'aide du MBTI et des apports de Pascal Ide.

## ► **Ennéagramme et cohésion d'équipe N**

- > J. 12 déc et V. 13 déc 2019
- > Ou J. 6 fév et V. 7 fév 2020

**Vincent Carpentier et Catherine Delaporte**, formateurs

Apprendre à déployer toutes les ressources de sa configuration (bases mentales, émotionnelles et instinctives) en vue d'une efficacité collective accrue.

Prérequis : avoir suivi le «niveau 1» de l'enneagramme et connaître son enneatype.

## ► **Bilan de compétences vocationnel**

Relire sa vie et mieux se connaître pour trouver sa vocation professionnelle

Pour les jeunes professionnels 28-38 ans

**Session intensive de 6 jours pleins**

- > L. 21 oct (9h30) au S. 26 oct 2019 (16h30)
- > Ou L. 24 fév (9h30) au S. 29 fév 2020 (16h30)

Tout public

**Cycle de 2 sessions de 4 jours indissociables**

- > Ma. 31 mars (9h30) au V. 3 avr 2020 (16h30)  
et Ma. 14 avr (9h30) au V. 17 avr 2020 (16h30)

**Nathalie Arrighi**, CVX, coach ignatienne

Dans l'esprit de saint Ignace, vivre une démarche structurée et intensive de bilan personnel et professionnel en groupe pour discerner sa vocation et définir un projet professionnel (ou d'engagement bénévole) réaliste, prenant en compte la personne dans sa globalité. Travail personnel et en groupe.

## ► **Prendre en main son devenir professionnel**

**Session de 4 jours pleins**

- > Me. 17 juin (9h30) au S. 20 juin 2020 (16h30)

**Dominique Arrighi**, coach et formateur

Pour ceux qui ressentent une forme d'usure professionnelle ou se trouvent à un moment charnière de leur carrière.

Prendre conscience, à travers la relecture de sa vie et de tests, des dynamiques qui nous habitent afin d'identifier ou de confirmer une nouvelle orientation.

# ÊTRE PRÉSENT À SOI

## CULTIVER SON INTÉRIORITÉ

---

### ► Mise au vert

S'arrêter, se poser, se mettre à l'écart. Faire le point, réfléchir, prendre une décision importante au contact de la nature, dans une maison accueillante, pour une demi-journée, une journée, une nuit ou plus. ➤ *Nous contacter*

### ► Avec les contes, prendre soin de notre intériorité

**Sandrine Chanfreau**, coach et conteuse,

**Christophe de Vareilles**, coach et artiste

Découvrir les contes comme nourriture essentielle pour avancer dans la vie, se laisser conduire par ces guides inattendus :

> J. 17 oct (18h30) au V. 18 oct 2019 (17h30) : le Chat Botté

> et/ou J. 5 déc (18h30) au V. 6 déc 2019 (17h30) : Alice

> et/ou J. 12 mars (18h30) au V. 13 mars 2020 (17h30) :

Barbe Bleue

Découvrir notre profondeur et visiter sa vie

avec 3 nouveaux contes :

> V. 18 oct (18h30) au S. 19 oct 2019 (17h30) : Pinocchio **N**

> et/ou V. 6 déc (18h30) au S. 7 déc 2019 (17h30) :

les 3 cheveux d'or du diable **N**

> et/ou du V. 7 fév (18h30) au S. 8 fév 2020 (17h30) :

Cendrillon **N**

«Des guides, des fées et des passeurs» : Les rencontres qui nous transforment... Deux jours pleins pour relire nos cheminements et nos libérations à la lumière de plusieurs contes traditionnels.

> J. 14 mars au V. 15 mars 2020 (9h-17h30) **N**

### ► Danser sa vie !

> S. 25 janv 2020 (14h-18h)

**Jean-Claude et Domie Druelle**, professeurs de danse

Un temps pour (re)découvrir son corps, chercher l'harmonie avec soi, avec l'autre. Entre repos et mouvements, exercices et chorégraphies.

### ► Vivre en conscience : un passage, de l'hiver au printemps

**8 vendredis (12h15-13h45) – à partir du 6 mars 2020**

**Vianney Caulliez**, psychothérapeute EMDR

**et Isabelle Cuvelier**, coach et sophrologue

Ancré dans la sécurité du présent, en groupe, RA-LEN-TIR.

Respirer, observer ce qui est présent, s'apaiser et rayonner.



## ► **Libère ta voix, libère ta joie N**

3 jours à vivre dans leur intégralité

> J. 26, V. 27 et S. 28 mars 2020 (10h-17h)

**Élisabeth Ribault**, Gestalt thérapeute et praticienne en psychophonie

Libérer sa voix, porte d'entrée vers la joie. Ouvert à tous, aucune connaissance musicale ni vocale n'étant requise.

## ► **Prendre soin de ma vie affective**

Pour les plus de 35 ans

> S. 16 mai (9h) au D. 17 mai 2020 (17h)

**Nathalie Preschez**, formatrice, coach et psychopraticienne

Être attiré, tomber amoureux, vivre un coup de foudre, aimer... Comment s'y retrouver dans le labyrinthe de nos émotions et de nos sentiments et faire des choix ajustés ?  
Session en résidentiel.

# POSER DES CHOIX ÉCLAIRÉS

---

## ► **Apprendre à discerner pour un choix qui me révèle**

**Vincent Carpentier**, Institut du discernement professionnel

Un parcours individuel en sept séances pour apprendre à discerner et aboutir à une décision pleine de sens.

📞 *Nous contacter*

## ► **Mieux me connaître pour mieux m'orienter**

> L. 21, Ma. 22 et J. 24 oct 2019 (9h15-17h30)

> Ou J. 2, V. 3 et S. 4 janv 2020

> Ou L. 17, Ma. 18 et J. 20 fév 2020

**Brigitte Vandamme**, coach, spécialiste de l'orientation professionnelle

Pour les 17-25 ans en questionnement sur leur orientation professionnelle. Avant le bac ou en cours d'études supérieures, mieux me connaître, oser être moi pour choisir les études et/ou le métier qui me correspondent.

## ► **Où cours-tu ? Que cherches-tu ?**

(Re)trouver un sens à ma vie

> Ve. 1<sup>er</sup> mai (9h) au S. 2 mai 2020 (17h)

**Nathalie Preschez**, formatrice, coach et psychopraticienne

S'arrêter pour faire le point, discerner et orienter sa vie, réconcilier intériorité et engagement. Ateliers corporels et artistiques, topos, temps personnel et partages.  
Session en résidentiel.

# MIEUX SE CONNAÎTRE POUR MIEUX RENCONTRER L'AUTRE

## ► À la rencontre de notre humanité profonde, avec l'ennéagramme

**NIVEAU 1** 2 ou 3 jours – au choix :

> S. 7 déc (9h) au D. 8 déc 2019 (17h)

**Sandrine Dusonchet**, formatrice

> Ou J. 19 mars (9h) au V. 20 mars 2020 (17h)

> Ou Me. 1<sup>er</sup> juil (9h) au V. 3 juil 2020 (15h)

**Vincent Carpentier et Catherine Delaporte**, formateurs

Reconnaître son chemin d'humanité.

S'ouvrir à une dimension spirituelle.

**NIVEAU 2** 2 jours

> S. 25 janv (9h) au D. 26 janv 2020 (17h)

**Sandrine Dusonchet**, formatrice

Pour celles et ceux qui ont suivi une session d'initiation,  
approfondir le chemin d'évolution.

**SOUS-TYPES** 2 jours

> S. 25 avr (9h) au D. 26 avr 2020 (17h)

**Marie-Dolores Marco**, formatrice

Considérés par certains comme "la clé de l'ennéagramme"  
(Éric Salmon), les sous-types sont les trois variantes  
instinctives de chaque base. En nous, celle qui prédomine  
affecte notre manière d'être au quotidien.

× **L'ennéagramme** est un héritage de traditions anciennes,  
qui repose sur la compréhension des personnalités.  
En découvrant les motivations profondes à l'origine de nos  
attitudes, il s'agit d'entrer dans une dynamique libérante.

## ► Améliorer sa relation aux autres avec l'ennéagramme **N**

> S. 16 mai (9h) et D. 17 mai 2020 (17h)

**Vincent Carpentier et Catherine Delaporte**, formateurs

Mieux se comprendre et mieux comprendre l'autre, renforcer  
sa confiance et son estime, pour des relations plus  
respectueuses et plus sereines. Des clefs pour prévenir les  
tensions et mieux gérer les personnalités et les situations  
jugées difficiles.

Prérequis : avoir suivi la formation «niveau 1» et connaître  
son ennéatype.

## ► Couple et ennéagramme

Mieux se connaître pour mieux s'aimer

> S. 1<sup>er</sup> fév (9h) au D. 2 fév 2020 (17h)

**Évelyne Lefort et Marc Bony**, formateurs

Découvrir l'originalité de son couple liée aux personnalités de chacun. Pour celles et ceux qui ont déjà identifié leur type.

## ► Communiquer dans la bienveillance

> J. 10 oct (9h) au V. 11 oct 2019 (17h)

ou S. 25 avr (9h) au D. 26 avr 2020 (17h)

**Nathalie Preschez**, formatrice en régulation non-violente des conflits, coach et psychopraticienne

Initiation ouverte à toute personne souhaitant améliorer sa qualité de relations aux autres. S'exercer à observer et à accueillir avec empathie ses émotions et besoins ainsi que ceux de l'autre, pour une communication authentique et bienveillante.

# CÉLIBATAIRES

---

## ► Célibataires en marche...

3 dimanches à la carte (10h-18h)

**Jean-Claude Druelle**, et une équipe

> D. 29 sept 2019 : La rencontre avec soi, une joie à retrouver.

> D. 8 mars 2020 : La rencontre avec l'autre, une joie à partager.

> L. 1<sup>er</sup> juin 2020 : La rencontre avec plus haut que soi, un chemin de joie.

## ► Solos en quête de sens !

> J. 31 oct (19h) au D. 3 nov 2019 (16h)

**Claire Lesegretain**, journaliste à La Croix, et **Isabelle Danjou**, CVX

Pour vous qui cherchez un sens et une espérance dans votre vie de «solo», que vous soyez célibataires, divorcés, ou veufs, et quelle que soit votre orientation sexuelle.

## ► Célibataires, venez faire la fête !

> Ma. 31 déc 2019 (19h-2h)

**Jean-Claude Druelle**, et une équipe

Joie d'être ensemble et de donner du sens au passage à la nouvelle année.

# COUPLES

## TRACER ENSEMBLE UNE ROUTE RENOUVELÉE

---

### ► Cheminer vers le mariage

Week-ends - V. (19h) au D. (17h)

> 2019 : 13 au 15 sept, 15 au 17 nov, 6 au 8 déc

> 2020 : 10 au 12 janv, 7 au 9 fév, 6 au 8 mars, 20 au 22 mars,  
3 au 5 avr, 15 au 17 mai, 5 au 7 juin, 11 au 13 sept

Animé par l'association A Deux pour la vie

Pour construire votre couple, prendre le temps d'approfondir  
en vérité les fondements de votre amour.

### ► Petits-déjeuners en couple

6 samedis au choix (8h45-11h30) - garderie possible

> 12 oct 2019 : Parent et couple, être témoins de paix -

Une alliance à construire au service de notre famille.

> 16 nov 2019 : Communiquer en couple, cela s'apprend !

> 7 déc 2019 : Masculin/féminin, voir nos différences  
comme une chance

> 25 janv 2020 : Couple, jetable ou durable ?

> 21 mars 2020 : Réussir à se dire, pratiquer le pardon  
au quotidien

> 16 mai 2020 : Couples recomposés, comment conjuguer  
nos deux histoires ?

### ► Avec l'ennéagramme, mieux se connaître pour mieux s'aimer Voir page 11

### ► À la Saint-Valentin, faites danser votre couple !

> V. 14 fév 2020 (19h-23h)

Jean-Claude Druelle, et une équipe

Un repas, un partage, un temps de fête, en couple,  
pour retrouver la joie d'être à deux.

### ► «Elle-lui» - Alpha couples

8 mercredis, à partir du 4 mars 2020 (20h-22h45)

Une équipe de Fondacio

Cycle de 8 dîners en tête-à-tête pour prendre soin de son  
couple. Fortifier la relation et s'aimer davantage en laissant  
une large place au dialogue en couple.

### ► Pompe à bières et soifs du couple

> V. 13 mars 2020 (19h-22h30)

Une équipe du Hautmont

Apéro dînatoire et soirée conviviale et ludique  
pour partager sur sa vie de couple.

## ► Se redire oui... A Deux

3-10 ans de mariage ou de vie commune

> S. 14 mars (14h) au D. 15 mars 2020 (17h)

Animé par l'association A Deux pour la vie.

Se retrouver à deux, prendre du recul, partager en couple et avec d'autres.

## ► Stop ! Comment je t'aime ?

À partir de 7 ans de mariage ou de vie commune

> S. 28 mars (10h30) au D. 29 mars 2020 (17h)

Une équipe composée de plusieurs couples et un diacre

Un temps de pause, de réflexion, de respiration en couple.

# VIVRE ET GRANDIR EN FAMILLE

---

## ► Cœur de maman

8 rencontres dans l'année

Une équipe du Hautmont

Déposer, se ressourcer et avancer au quotidien.

Trois groupes de parole :

- Mamans d'un enfant de moins de 14 ans avec un handicap.
- Mamans d'un enfant de plus de 14 ans avec un handicap.
- Mamans d'un enfant «dys».

## ► Journée des mamans d'une personne malade ou handicapée **N**

Une équipe du Hautmont avec l'Office chrétien des personnes handicapées (OCH)

> J. 19 mars 2020 (8h30-18h)

Une journée pour souffler, prendre soin de soi, retrouver la confiance.

## ► Samedi'philo

Dans une démarche intergénérationnelle, un temps pour réfléchir, nourrir les discussions familiales et grandir en humanité.

5 samedis au choix

> 2019 : 12 oct, 7 déc

> 2020 : 1<sup>er</sup> fév, 21 mars, 16 mai

- **Graines de philo** : 10h30-12h30.

Pour les enfants de 8-12 ans et leurs parents. À partir d'un court récit, d'une fable, apprendre à se questionner sur un thème, à confronter son avis à celui des autres.

- **Ciné-philo** : Consulter les horaires sur le site internet. **N**

Pour les jeunes de 13-15 ans et leurs parents.

Atelier "cinéma" et débats pour s'exercer à l'art du questionnement sur un thème.

## ► Être père aujourd'hui **N**

> S. 5 oct 2019 (14h à 18h)

**Jean-Claude Druelle**, animateur pastoral  
et père de famille nombreuse

Une proposition destinée aux hommes : quelle est ma place dans la famille aujourd'hui ?

## ► Lycéens et étudiants, prenez la parole en confiance ! **N**

> S. 9 nov et S. 23 nov 2019 (14h-18h)

**Mangaia Bar** et **Caroline Toulemonde**, coaches et formatrices  
Parler en public (entretiens, examens) peut donner des sueurs froides. Pas de panique, la prise de parole, ça s'apprend !

## ► Vivre l'éducation en «parent-chercheur» **N**

Cycle de 4 après-midi (13h45-16h15)

ou cycle de 4 soirées (19h45-22h15), le mardi

> 2020 : 14 janv, 28 janv, 11 fév et 3 mars

**Odile Anot**, conseillère conjugale et familiale, éducatrice,  
auteure de Montessori au cœur de la vie de famille

Construire une alliance heureuse entre enfants et adultes à travers une autoformation éclairée par l'œuvre de Maria Montessori. Pour toute personne accompagnant durablement un enfant. Introduction aux attitudes du parent qui se fait chercheur en éducation, afin d'accompagner la singularité de l'enfant et les lois naturelles de son développement.

## ► Souriez, vous êtes parents d'ados

Cycle de 6 soirées (20h à 22h30), le mardi

> 2020 : 17 mars, 31 mars, 28 avr, 12 mai, 26 mai, 9 juin

Animé par l'association Harmonie

Six soirées à vivre dans leur intégralité. Instaurer un climat de confiance, faire le plein, seul ou en couple, d'outils de communication bienveillante. Une méthode résolument positive pour prendre soin de la relation avec votre ado.

# VIVRE LES ÉTAPES, TRAVERSER LES ÉPREUVES DE LA VIE

---

## ► 70 ans et plus : bien vivre cette étape de ma vie

6 mardis (9h30-12h30) à partir du 1<sup>er</sup> oct 2019

Une équipe de Fondacio

## ► Un proche malade ou en fin de vie : accompagner sans se perdre

> Un parcours en 2 dimanches (9h-17h) : 10 nov et 24 nov 2019

> ou en 2 jeudis (9h-17h) : 23 janv et 6 fév 2020

**Nathalie Preschez**, formatrice, coach et psychopraticienne

La vie peut confronter chacun à la maladie, la vieillesse ou la fin de vie d'un proche. Entre désir d'accompagnement et prise en compte de ses propres limites, des pistes pour se faire proche sans s'épuiser.

## ► Faire vie du deuil : au cœur de ma souffrance, laisser place à l'espérance

Face au deuil, ne restez pas seul(e) ! Groupe de parole et d'entraide. Pour adultes vivant le deuil d'un être cher et voulant par le partage de leur vécu, devenir compagnons de route sur ce long chemin de cicatrisation qu'est le processus de deuil.

**Valérie Descamps**, praticienne en relation d'aide,  
formée à l'accompagnement du deuil

- Groupe de parole et d'entraide

12 mardis tous les 15 jours (18h30-21h) à partir du 5 nov 2019

- Atelier de croissance psycho-spirituelle

3 journées indissociables (9h-17h)

> Me. 27 nov, V. 29 nov 2019 et J. 23 janv 2020

## ► REV : la Retraite, une Étape de Vie

6 jeudis (9h15-17h)

> 14 nov et 12 déc 2019, 16 janv, 13 fév, 12 mars et 2 avr 2020

Une équipe de Fondacio (Re-traiter ma vie)

Un parcours pour jeunes retraités ou futurs retraités dans l'année, avec ou sans conjoint.

## ► Aimer, perdre et grandir : se reconstruire après la rupture

> L. 16 mars au Me. 18 mars 2020 (9h-17h)

**Valérie Descamps**

Atelier de croissance psycho-spirituelle destiné aux personnes séparées et/ou divorcées qui vivent une même blessure dans la perte d'une relation d'amour, et veulent avancer par le partage fraternel de leur vécu.

# L'ART, ENTRE CONTEMPLATION ET CRÉATION

---

## ► Reg'Art – Dialogue avec une œuvre

Féminin/masculin dans le prisme de l'art :  
que montre l'art de la relation homme-femme ?

**7 jeudis à la carte (19h30-22h)**

> 2019 : 17 oct, 21 nov, 12 déc

> 2020 : 9 janv, 6 fév, 12 mars, 2 avr

**Jean-Paul Deremble**, historien d'art et théologien,  
et **Sylvie Wallaert**

Éveiller son regard à travers un parcours sur les  
fondamentaux de l'art et ouvrir sa sensibilité à un au-delà  
du visible.

## ► Libres pinceaux !

**4 vendredis à la carte (10h-12h30)**

> 8 nov 2019, 10 janv, 6 mars, 15 mai 2020

**Véronique Frémaux** et **Hélène Mulliez**, peintres

À partir des différentes façons de poser un cadre en peinture  
et d'assigner un rôle à cette dernière, oser la créativité pour  
parvenir à une peinture vivante et libre.

## ► Chant médiéval

Stages ouverts à tous

> J. 26 déc (10h) au L. 30 déc 2019 (17h)

**Els Janssens-Vanmunster**, ensemble Mora Vocis

Noël au Moyen Âge : Carols anglais et autres chants  
des XII<sup>e</sup> et XIII<sup>e</sup> siècles.

> J. 21 mai (10h) au D. 24 mai 2020 (17h)

**Caroline Marçot**, compositrice, ensemble Mora Vocis  
et interprète soliste

L'harmonie céleste d'Hildegarde de Bingen.

## ► Stage Vittoz et peinture : oser l'aventure !

> L. 6 juil (12h30) au S. 11 juil 2020 (12h30)

**Lorraine Content**, psychologue thérapeute Vittoz,  
et **Chantal de Lalande**, artiste peintre

Accueillir ses sensations corporelles, redécouvrir ses cinq  
sens, éveiller sa créativité.

🕒 Des expositions artistiques

sont régulièrement organisées par la maison,  
**venez les découvrir !**





# HAUTMONT PRATIQUE

## Inscriptions

Pour toute demande concernant le programme, contactez :

- En ligne : [www.hautmont.org](http://www.hautmont.org)
- Par mail : [contact@hautmont.org](mailto:contact@hautmont.org)
- Par voie postale : demandez et recevez notre dépliant. Renvoyez-nous le bulletin d'inscription complété et accompagné de votre chèque d'acompte

## Participation financière

- Pension complète : à partir de 46 euros/jour (repas+hébergement)
- Animation et accompagnement : variables selon les sessions.

La participation financière est modulable en fonction de vos ressources. Tarif étudiants.

Possibilité de camper l'été : renseignement au 0320260961 ou [contact@hautmont.org](mailto:contact@hautmont.org)

## Dans vos bagages

- Linge de toilette et draps (location possible : 6 euros la paire)
- De quoi écrire, une tenue de détente, chaussures de marche, matériel de peinture, de couture, mots croisés, etc.
- Votre gobelet réutilisable et votre serviette de table.

## Pour tout renseignement

- [contact@hautmont.org](mailto:contact@hautmont.org)
- [www.hautmont.org](http://www.hautmont.org)
- Tél. 03 20 26 09 61



# CALENDRIER

## SEPTEMBRE 2019

V. 13 au D. 15	Cheminer vers le mariage	12
J. 19 au V. 20	Un management agile et respectueux de l'humain...	6
D. 29	Célibataires en marche...	11

## OCTOBRE

À partir du Ma. 1 <sup>er</sup>	70 ans et plus : bien vivre cette étape de ma vie	15
S. 5 oct	Être père aujourd'hui	14
J. 10 au V. 11	Communiquer dans la bienveillance	11
S. 12	Petits-déjeuners en couple	12
S. 12 oct	Samedi'philo	13
J. 17 au V. 18	Avec les contes, prendre soin de notre intériorité	8
J. 17 oct	Reg'Art – Dialogue avec une œuvre	16
V. 18 au S. 19	Avec les contes, prendre soin de notre intériorité	8
V. 18 au S. 19	Entrer en relation et collaborer intelligemment...	6
L. 21 au S. 26	Bilan de compétences vocationnel	7
L. 21, Ma. 22 et J. 24	Mieux me connaître pour mieux m'orienter	9
J. 31 au D. 3 nov	Solos en quête de sens !	11

## NOVEMBRE

À partir du Ma. 5	Faire vie du deuil...	15
J. 7 et V. 8	Manager avec l'ennéagramme	6
V. 8	Libres pinceaux !	16
S. 9 et S. 23	Lycéens et étudiants, prenez la parole en confiance !	14
D. 10 et D. 24	Un proche malade ou en fin de vie : accompagner...	15
J. 14	REV : la retraite, une étape de vie	15
V. 15 au D. 17	Cheminer vers le mariage	12
S. 16	Petits-déjeuners en couple	12
J. 21	Reg'Art – Dialogue avec une œuvre	16
Me. 27 et V. 29	Faire vie du deuil...	15
V. 29 au D. 1 <sup>er</sup> déc	Épuisement professionnel	7

## DÉCEMBRE

J. 5 au V. 6	Avec les contes, prendre soin de notre intériorité	8
V. 6 au S. 7	Avec les contes, prendre soin de notre intériorité	8
V. 6 au D. 8	Cheminer vers le mariage	12
S. 7	Samedi'philo	13
S. 7	Petits-déjeuners en couple	12
S. 7 au D. 8	À la rencontre de notre humanité profonde... l'ennéagramme	10
J. 12	REV : la retraite, une étape de vie	15
J. 12 et V. 13	Ennéagramme et cohésion d'équipe	7
J. 12	Reg'Art – Dialogue avec une œuvre	16
J. 26 au L. 30	Chant médiéval	16
Ma. 31	Célibataires, venez faire la fête !	11

## JANVIER 2020

J. 2, V. 3 et S. 4	Mieux me connaître pour mieux m'orienter	9
J. 9	Reg'Art – Dialogue avec une œuvre	16
V. 10 au D. 12	Cheminer vers le mariage	12
V. 10	Libres pinceaux !	16
Ma. 14 et Ma. 28	Vivre l'éducation en «parent-chercheur»	14
J. 16 au V. 17	Un management agile et respectueux de l'humain...	6
J. 16	REV : la retraite, une étape de vie	15
J. 23	Faire vie du deuil...	15
J. 23	Un proche malade ou en fin de vie : accompagner...	15
V. 24 au S. 25	Entrer en relation et collaborer intelligemment...	6
S. 25	Danser sa vie !	8
S. 25	Petits-déjeuners en couple	12
S. 25 au D. 26	Ennéagramme niveau 2	10

## FÉVRIER

S. 1 <sup>er</sup>	Samedi'philo	13
S. 1 <sup>er</sup> au D. 2	Couple et enneagramme	11
J. 6 et V. 7	Ennéagramme et cohésion d'équipe	7
J. 6	Un proche malade ou en fin de vie : accompagner...	15
J. 6	Reg'Art – Dialogue avec une œuvre	16

V. 7 au D. 9	Cheminer vers le mariage	12
V. 7 au S. 8	Avec les contes, prendre soin de notre intériorité	8
Ma. 11	Vivre l'éducation en «parent-chercheur»	14
J. 13	REV : la retraite, une étape de vie	15
V. 14	À la Saint-Valentin, faites danser votre couple !	12
L. 17, Ma. 18 et J. 20	Mieux me connaître pour mieux m'orienter	9
L. 24 au S. 29	Bilan de compétences vocationnel	7

## MARS

Ma. 3	Vivre l'éducation en «parent-chercheur»	14
À partir 4	«Elle-lui» – Alpha couples	12
À partir du 6	Vivre en conscience : un passage, de l'hiver au printemps	8
V. 6 au D. 8	Cheminer vers le mariage	12
V. 6	Libres pinceaux !	16
D. 8	Célibataires en marche...	11
J. 12	REV : la retraite, une étape de vie	15
J. 12 au V. 13	Avec les contes, prendre soin de notre intériorité	8
J. 12 au S. 14	Épuisement professionnel	7
J. 12	Reg'Art – Dialogue avec une œuvre	16
V. 13	Pompe à bières et soifs du couple	12
J. 14 au V. 15	Avec les contes, prendre soin de notre intériorité	8
S. 14 au D. 15	Se redire oui... A Deux	13
L. 16 au Me. 18	Aimer, perdre et grandir : se reconstruire après la rupture	15
Ma. 17 et Ma. 31	Souriez, vous êtes parents d'ados	14
J. 19	Journée des mamans d'une personne malade ou handicapée	13
J. 19 au V. 20	À la rencontre de notre humanité profonde... l'ennéagramme	10
J. 19 et V. 20	Manager avec l'ennéagramme	6
V. 20 au D. 22	Cheminer vers le mariage	12
S. 21	Petits-déjeuners en couple	12
S. 21	Samedi'philo	13
J. 26, V. 27, S. 28	Libère ta voix, libère ta joie	9
S. 28 au D. 29	Stop ! Comment je t'aime ?	13
Ma. 31 au V. 3 avr	Bilan de compétences vocationnel	7

## AVRIL

J. 2	REV : la retraite, une étape de vie	15
J. 2	Reg'Art – Dialogue avec une œuvre	16
V. 3 et S. 4	Hackasens, le hackaton du sens	5
V. 3 au D. 5	Cheminer vers le mariage	12
Ma. 14 au V. 17	Bilan de compétences vocationnel	7
Ma. 21 au Me. 22	Entrer en relation et collaborer intelligemment...	6
S. 25 au D. 26	Ennéagramme et sous-types	10
S. 25 au D. 26	Communiquer dans la bienveillance	11
Ma. 28	Souriez, vous êtes parents d'ados	14

## MAI

Ve. 1 <sup>er</sup> au S. 2	Où cours-tu ? Que cherches-tu ?	9
Ma. 12 et Ma. 26	Souriez, vous êtes parents d'ados	14
V. 15 au D. 17	Cheminer vers le mariage	12
V. 15	Libres pinceaux !	16
S. 16	Petits-déjeuners en couple	12
S. 16 au D. 17	Prendre soin de ma vie affective	9
S. 16 et D. 17	Améliorer sa relation aux autres avec l'ennéagramme	10
S. 16	Samedi'philo	13
J. 21 au D. 24	Chant médiéval	16
Ma. 26 au Me. 27	Un management agile et respectueux de l'humain...	6

## JUIN

L. 1 <sup>er</sup>	Célibataires en marche...	11
J. 4 au S. 6	Épuisement professionnel	7
V. 5 au D. 7	Cheminer vers le mariage	12
Ma. 9	Souriez, vous êtes parents d'ados	14
Me. 17 au S. 20	Prendre en main son devenir professionnel	7

## JUILLET

Me. 1 <sup>er</sup> au V. 3	À la rencontre de notre humanité profonde... l'ennéagramme	10
L. 6 au S. 11	Stage Vittoz et peinture : oser l'aventure !	16

## SEPTEMBRE 2020

V. 11 au D. 13	Cheminer vers le mariage	12
----------------	--------------------------	----

## Pour venir au Hautmont :

👉 [www.hautmont.org/qui-sommes-nous/Acceder-au-centre](http://www.hautmont.org/qui-sommes-nous/Acceder-au-centre)

### Par les transports en commun :

- 👉 Depuis les gares de Lille (Flandres ou Europe) : tramway direction Tourcoing. Arrêt "Trois Suisses". Le centre est à 900 mètres.
- 👉 Pensez aussi aux trajets Ouigo à prix réduits, en gare de Tourcoing

### Par l'autoroute :

- 👉 Direction Lille, puis Tourcoing-Gand (A22)  
Sortie 15, Tourcoing les Francs

**Par covoiturage :** consultez notre site

## N'hésitez pas à demander des informations ou des conseils :

**Par mail :** [contact@hautmont.org](mailto:contact@hautmont.org)

**À l'accueil :** aux heures d'ouverture tous les jours, sauf le samedi après-midi et le dimanche, de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.

**Par téléphone :** au 03 20 26 09 61



Centre spirituel du  
**Hautmont**



—  
31, rue Mirabeau  
59420 Mouvaux  
tél. 03 20 26 09 61  
[contact@hautmont.org](mailto:contact@hautmont.org)  
[www.facebook.com/LeHautmont](https://www.facebook.com/LeHautmont)  
[www.hautmont.org](http://www.hautmont.org)



Vous en sortirez grandi.