

Vivre les Exercices spirituels en se laissant creuser par le jeûne (6 jours de jeûne, 2 jours de réalimentation). Retraite en silence, adaptée au rythme de chaque personne (accompagnement individuel)

## COMMENT SE RENDRE AU CHÂTELARD ?

41 Route du Bruissin  
69340 FRANCHEVILLE

### En voiture

- 30 minutes de Lyon
- 1h 20 de Valence
- Covoiturez via [togetzer.com/chatelard](https://togetzer.com/chatelard)

### En avion

**Aéroport de Lyon Saint Exupéry.**

- **En taxi : 75€ de jour, 90€ de nuit (1h de trajet)**
- **Par les transports urbains :** Le tramway RHÔNE EXPRESS relie l'aéroport à la gare de Lyon Part-Dieu en moins de 30min. Départ toutes les 15min (de 6h à 21h). Coût du trajet : environ 16€.

### En vélo

- 40 minutes depuis Lyon en vélo électrique

### Par les transports en commun

Depuis Lyon Perrache (1h) :

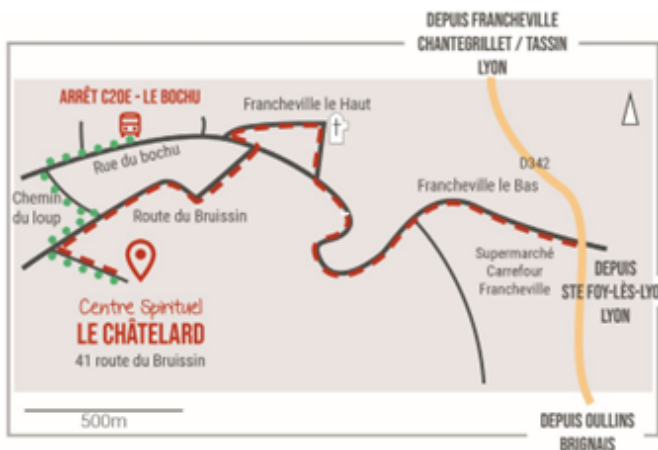
- Prendre le bus C20E direction "Francheville-Fort du Bruissin"
- Descendre à l'arrêt "Le Bochu"

Depuis Lyon Part Dieu (1h30) :

- Prendre le bus C9 direction "Place Bellecour"
- Puis le bus C20E direction "Francheville-Fort du Bruissin"
- Descendre à l'arrêt "Le Bochu"

Depuis l'arrêt "Le Bochu" :

- Avancer 100m
- Prendre le "Chemin du Loup"
- Puis à droite la "Route de Bruissin"
- Faire environ 100m, puis monter à gauche l'allée fléchée "Le Châtelard"



## Retraite avec jeûne alimentaire

### Retraites



Une retraite suivant les Exercices Spirituels en jeûnant.

avec  
Geneviève LETANCHE, médecin, Brigitte VAN DORPE et une équipe

### PROCHAINES SESSIONS

Du vendredi 5 décembre 2025 (19h00) au dimanche 14 décembre 2025 (9h00)

Du samedi 14 février 2026 (19h00) au dimanche 22 février 2026 (18h00)

Du vendredi 8 mai 2026 (19h00) au dimanche 17 mai 2026 (9h00)

L'écocentre spirituel jésuite du Châtelard est situé dans une propriété boisée de 37 hectares à 8 km à l'ouest de Lyon. Des pères jésuites, des religieuses et des laïcs y proposent des **retraites spirituelles**, des **formations** à l'accompagnement spirituel et des temps autour de **questions de vie** pour les **célibataires, les couples et les familles**.

Progressivement, des propositions écospirituelles viennent également enrichir le programme.



# Retraite avec jeûne alimentaire

*Méthode BÜCHINGER : 6 jours de jeûne + 2 jours de réalimentation*

Cette retraite, en silence avec prière personnelle, individuellement accompagnée, selon la pédagogie des Exercices spirituels de saint Ignace, avec des temps en groupe, s'adresse :

- à ceux qui ont déjà vécu une ou des retraites et souhaitent faire l'expérience du jeûne,
- à ceux qui ont l'habitude du jeûne et souhaitent y intégrer une dimension spirituelle

La privation volontaire de nourriture nous ouvre des horizons nouveaux, c'est une chance de trouver notre liberté dans un monde de consommation :

- Nous vivons une expérience de pauvreté et de désert qui creuse le désir de Dieu et facilite une démarche de vérité
- Un autre rapport au corps se découvre : notre corps est important et nous devons en prendre soin. Il peut vivre un certain temps sur ses réserves. De quoi avons-nous vraiment besoin ?
- La parole de Dieu et l'Eucharistie sont vraiment nourriture pour » l'homme qui ne vit pas seulement de pain. »
- Chacun vivra une expérience différente, à partir de ce qu'il est, de ses attentes et de ce que la Parole de Dieu produira en lui.

## INDICATIONS PRATIQUES

- Les draps de lit sont obligatoirement fournis par le centre. Les sacs de couchage ne sont pas autorisés dans les chambres.
- Pensez à apporter : serviette de table, serviette de toilette, votre Bible, un cahier, des stylos, des chaussures permettant la promenade (et la course à pied si vous le souhaitez) dans le parc de 40&nbspha.
- Pour prendre en compte votre éventuelle demande de régime alimentaire particulier, un justificatif médical est nécessaire. Merci de l'adresser au moment de votre inscription à [accueil@chatelard-sj.org](mailto:accueil@chatelard-sj.org). Malheureusement, pour l'heure, il ne nous est pas possible de prendre en compte les demandes relatives aux régimes de "confort".
- Pour la bonne marche du groupe, il est essentiel de loger et de prendre ses repas sur place. Des activités peuvent être prévues en soirée.
- Si votre session commence tôt le matin, il est possible d'arriver la veille. De même, si votre session se termine en fin de journée, il est possible de repartir le lendemain. Merci d'indiquer votre demande au moment de l'inscription. Nous vous accueillerons avec plaisir, en fonction des places disponibles.
- Depuis début 2024, les retraitants et sessionnistes sont invités à contribuer aux services de la maison (pluches, plonge, ménage, ...) sur des créneaux identifiés. Les modalités pratiques vous sont communiquées en début de séjour par le responsable de votre session.
- Pour savoir comment venir au Châtelard, toutes les informations [sont disponibles ici](#). Pensez au covoiturage grâce à [notre plateforme en ligne](#) !

## PARTICIPATION AUX FRAIS

### Hébergement / Restauration

A titre indicatif, pour une grande partie des propositions du centre, les montants, pour 2025-2026, sont les suivants :

- Nuitée en chambre 1 lit (avec petit-déjeuner) : 34,70€
- Nuitée en chambre 2 lits (avec petits-déjeuners) : 29,10€
- Déjeuner : 16,20€ ; Dîner : 14,10€

### Animation

20€ à 35€/jour à votre appréciation

À noter : pour les moins de 25 ans, forfait tout compris (animation, accompagnement, hébergement, restauration) à 34€/jour.

### Arrhes

Pour confirmer votre inscription, il vous sera demandé un versement d'arrhes de 60 € par personne (chèque ou paiement en ligne).

En cas de désistement :

- 15j ou plus avant la session/retraite : les 2/3 vous seront remboursés
- Moins de 15j avant la session/retraite : aucun remboursement

### Solidarité

La participation financière peut représenter une part importante du revenu de certains. D'autres pourraient donner plus. Au Châtelard, en Eglise, nous proposons de vivre une solidarité concrète pour que chacun et chacune puisse participer. Si vous en avez besoin, n'hésitez donc pas à faire appel à la caisse de solidarité du Châtelard en en parlant à l'accueil ou au Directeur. Et si vous pouvez donner plus, les dons sont bienvenus.

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Retraite avec jeûne alimentaire

### A renvoyer à

Accueil du Châtelard  
41 route du Bruissin  
69340 FRANCHEVILLE

**Inscription également possible  
sur notre site internet**

Nom et Prénom

.....

Adresse

.....

.....

Téléphone

.....

Email

.....

Profession

.....

Année de naissance : .....

Arrivera le (date) ..... à ..... h .....

Repartira le (date) ..... à ..... h .....

Etat de vie :

o Laïc > Situation maritale :

.....

o Prêtre o Religieux > Institut

.....

Si une proposition se décline en plusieurs sessions et que vous êtes invitées à participer à l'une ou l'autre, ou à toutes les sessions, merci de retourner à l'accueil du Châtelard un bulletin complété pour chacune d'elles. Dans certains cas, il est nécessaire d'adresser un courrier d'expression des motivations à la participation à cette session, merci de le vérifier sur notre site internet ou auprès de l'accueil au 04 72 16 22 33 ou à [accueil@chatelard-sj.org](mailto:accueil@chatelard-sj.org).