L'ARCHE DE SAINT ANTOINE

# Rythme de vie communautaire de septembre à juin

| | |
|---|---|
| **7h30-8h30** | **Petit déjeuner** (salle à manger). |
| **8h** | **Méditation*** (chapelle) |
| **8h30** | **Salutation de paix*** (jardin ou salle blanche) |
| **8h35** | **Pluches*** (à la cuisine) |
| **9h40** | **Office chrétien*** (chapelle) **/ Temps d'approfondissement spirituel personnel** |
| **10h-12h** | **Activités communautaires*** (Rdv salle à manger) |
| **12h15** | **Déjeuner (**12h30 le week-end) |
| **Temps libre** | |
| **14h15** | **Méditation*** (chapelle) |
| **14h45 – 18h** | **Activités communautaires *** (Rdv salle à manger) |
| **18h30** | **Prière communautaire du soir*** (jardin ou salle indiquée au tableau des annonces communautaires) |
| **19h** | **Dîner** |
| **Temps libre** | |

**Couleur plus claire = temps optionnels**

** du lundi au vendredi (la prière du soir également le samedi)

**Activités communautaires :** ménage, bricolage, jardinage, épluchage de légumes, soin du linge, …et aussi selon les semaines : réunion de maison, répétition de chant, partage spirituel – voir tableau

**Week-end** : un jour de service (plus léger), un week-end sur deux

**Soirées** : danse en cercle chaque semaine + autres ponctuelles