|  |  |
| --- | --- |
|  | Week-end CANA Welcome « Choisissons notre equilibre en couple »Exemple horaire alternatif(1 j en présence / 1 J à distance) |

## SAMEDI

9h00 Accueil Noyau et serviteurs

10h00 ACCUEIL des couples CANA W/ CAFE

10h15 Ice breaker / présentation du WE

10h30 présentation du cercle des priorités

10h40 Temps en couple : cercle des priorités

11h00 1er Enseignement (40 min)

11h40 Présentation Temps de couple « Grille horaire »

11h45 Temps de couple / Grille horaire - Rencontre noyau

12h30 Apéro puis Déjeuner pique-nique

14h00 Balade en groupe (mixer les couples de différents groupe)

14h45 Temps de partage en groupe Cana W :

Partage :

*Ici et maintenant ou Une perle depuis le début du parcours.*

*En quoi CW est important pour moi.*

15h45 Goûter

16h15 Présentation semaine Cana / 1-2-3 Cana

16h30 Temps détente (avec les enfants)

Danse Jérusalem (🡪 Marie-Laure)

Jeu tous ensemble

17h30 Louange, Témoignage

Prière d’alliance guidée chuchotée

18h30 Envoi dans la suite du week-end : diner du couple et dimanche - au revoir

*Vérifier que tous les couples connaissent l’horaire de la visioconférence du dimanche*.

18h45 Départ

19h00 Fin

## DIMANCHE

Chaque couple/groupe s’organise pour vivre son temps spirituel selon son habitude (messe/Office/ culte…)

Chaque couple se prévoit un créneau de 2h pour

* Enseignement filmé par cana France - 40 min (voir déroulé détaillé)
* Exercice de discernement - 1h20

Chaque groupe se donne un rdv en visio en fin de journée pour relire le we ensemble 40min ou plus selon désir

* une pierre blanche (pépite)
* une question - interrogation