



Projet / exploration (P-5)

Vingt-quatre heures de silence

Un projet pour développer l'intériorité et la spiritualité chez des adolescents.

Durée approximative

L'expérience d'intériorité proposée dure 24 heures. Il faut aussi compter le temps pour expliquer la démarche et un bref moment de partage à la fin.

Objectifs

- Prendre un temps de repos.
- S'initier à l'intériorité.
- Améliorer sa connaissance de soi.

En un coup d'œil

Nous proposons de permettre aux adolescents de vivre un défi extraordinaire : passer vingt-quatre heures en silence pour sortir du brouhaha quotidien, développer leur intériorité et mieux se connaître. Pour les guider lors de cette expérience, nous leur proposons quelques conseils ainsi qu'un document d'accompagnement.

Production : Office de catéchèse du Québec, 2015

Tous droits réservés, sauf pour les annexes reproductibles.

Conception et rédaction : Sébastien Doane

Collaborations : Suzanne Desrochers, Mario Mailloux, Clément Vigneault

Révision linguistique : Pierre Guénette

Évêque accompagnateur : Mgr Pierre Morissette

Infographie : Laurent Lavail

Illustrations : Sébastien Doane