



Germain Roncari  
Accompagnements & Formations  
*Du désir au plaisir d'évoluer*



## **Parenthèse Compostelle**

En chemin au départ du  
Puy-En-Velay

**Du 28 septembre au 1 octobre 2023 – 4  
jours 3 nuits**

**« Venez vivre une véritable aventure humaine et spirituelle »**

**✚ Marcher au départ du Puy-En-Velay.**

La voie du Puy-en-Velay relie Le Puy-en-Velay à Saint-Jean-Pied-de-Port sur 750 kilomètres. De la Haute-Loire au Pays Basque, la via Podiensis vous conduit à travers la granitique Margeride, le plateau de l'Aubrac en Aveyron et ses grandes perspectives, la vallée du Lot au cœur d'une nature verdoyante, le Quercy calcaire. Au-delà de Lauzerte, la terre est riche ; on passe la Garonne peu après Moissac. Les maisons sont de terre et la culture se développe sur des terroirs vallonnés. Le chemin atteint le piémont des Pyrénées par les collines agricoles du pays basque. **Au cours de ces 4 jours, vous ressentirez la ferveur du départ vers Compostelle !**



### ✚ Ce que nous allons vivre.

Chaque jour nous aurons plusieurs moments de discussion, avant la marche, durant la marche et le soir après le dîner. Nous parlerons des choses les plus essentielles comme **la confiance et l'estime en vous, votre vie avec les autres ou encore votre vie sentimentale**. Vous pourrez apporter tous les sujets qui vous tiennent à cœur.

Durant la marche vous aurez des **entretiens individuels** avec les deux accompagnants. Bien évidemment, il y aura des **moments de repos** où vous pourrez vous détendre et visiter les magnifiques lieux traversés.

### ✚ Tarifs de participation.

Le tarif pour cette marche d'évolution de 4 jours est de **490€**, avec **possibilité de régler en plusieurs fois**. Le nombre de participant est limité à **10 personnes**. Ce prix concerne l'organisation, l'accompagnement psychologique et spirituel, les nuitées, les dîners et les petits déjeuners ainsi que le bus de retour au point de départ.

Nota : dans ce tarif ne sont pas inclus les pique-niques du midi, votre voyage jusqu'au point de départ et votre assurance personnelle qui doit être couverte par votre responsabilité civile.

### ✚ Renseignements et inscriptions.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, vous pouvez :

- Téléphoner à :
  - Vanessa Millet au 06 50 56 11 99
  - Germain Roncari au 06 50 22 56 15
- Ecrire à l'adresse :
  - [roncari.g@gmail.com](mailto:roncari.g@gmail.com)
  - [speaker@vanessa-millet.com](mailto:speaker@vanessa-millet.com)

### ✚ Programme des marches.

Toutes les marches sont accessibles et coupées de pauses. En général, nous partons vers 10h le matin pour revenir vers 16h l'après-midi. Nous faisons une pause par heure.

1. Jeudi 28 septembre : Du Puy vers Montbonnet : 4h
2. Vendredi 29 septembre : De Montbonnet à Monistrol D'Allier : 4h
3. Samedi 30 septembre : De Monistrol D'Allier à Saugues : 4h
4. Dimanche 1 octobre : Marche autour de Saugues : 3h

### ✚ Logement et repas

Nous logerons dans différents gîtes de Compostelle où une ambiance chaleureuse et familiale sera au rendez-vous. Le décor sera magique de spiritualité.

Des couvertures sont à disposition. Il est demandé de **prendre un sac de couchage ou, au minimum, un sac en toile**. Les petits déjeuners et dîner sont pris sur place. Les pique-niques du midi sont achetés dans le village.



## Matériel à prévoir

Durant ces 4 jours nous serons des pèlerins de Compostelle. Il vous faudra donc les matériels suivants :

- Un sac à dos de 35 ou 40 l.
- Un sac de couchage ou un sac toile
- Une paire de chaussure de marche en bon état ou basquets
- Une paire de bâtons de marche (sans obligation)
- Une paire de tong ou de chaussures légères pour le soir
- Deux paires de chaussettes de marche
- Un short de marche et un pantalon de marche
- Deux tee-shirts
- Un sweat chaud
- Une veste de pluie
- 1 change de sous-vêtements
- Une casquette de protection contre le soleil
- Un petit nécessaire de toilette et une petite serviette de toilette
- Un petit nécessaire pour les soins des pieds.

Pour le premier jour prévoyez 2 petites bouteilles d'eau, des barres de céréales ou des fruits secs et votre repas du midi.

Veillez à ce que votre sac ne dépasse pas 7,5kg. Nous sommes là pour vivre avec le minimum. Cette liste n'est qu'indicative et chacun est libre de prendre ce qui lui est nécessaire mais attention car ce sont vos épaules qui vont le porter.

Veillez à rester léger. Faites-vous prêter certains matériels si vous ne les détenez pas (sac à dos et sac de couchage). **Des consignes plus précises vous seront données régulièrement.**



Germain Roncari  
Accompagnements & Formations  
*Du désir au plaisir d'évoluer*



**Bulletin d'inscription à la**  
**Parenthèse Compostelle**  
Au départ du *Pug-En-Velay*  
**Du 28 septembre au 1<sup>er</sup> octobre 2023 – 4 jours 3 nuits**

Nom :  
Prénom :  
Age :  
Adresse :  
Téléphone :  
Mail :

**Tarif : 490€ pour cette marche d'évolution de 4 jours 3 nuits.**

**Nota :** Ce prix comprend l'organisation, l'accompagnement individuel, les supports pédagogiques, les nuitées, les diners, les petits déjeuners et le transport retour au point de départ de la marche. Il ne comprend pas vos dépenses personnelles, votre transport jusqu'au départ de la marche ainsi que l'achat de la nourriture pour les repas de midi.

**Assurance** : En signant ce bulletin d'inscription vous attestez détenir une assurance responsabilité civile qui couvrent vos soins en cas d'accident personnel. Vous vous engagez à ne pas tenir pour responsables les accompagnateurs dont le rôle se limite à l'organisation, l'encadrement et l'apport de toutes les clés pour votre évolution personnelle.

***Merci d'écrire de votre main « Lu et approuvé » puis de signer dans la case.***

***Bulletin d'inscription et règlement à retourner à l'adresse :***

*Roncari Germain*

*9 rue du Mas de Portal*

*34970 Lattes-Boirargues.*

*Insérez vos chèques en y indiquant les dates souhaitées d'encaissement. Vous pouvez également régler par virements bancaires.*

