

Séjour monastique

Pour des jeunes ou des adultes en recherche de la place de Dieu à donner dans leur vie.

Possibilité de faire un séjour de quelques jours en communauté pour partager la vie des moniales : prière, partage de la Parole de Dieu, travail, accompagnement, échanges...

Dates et modalités à fixer avec la sœur hôtelière.



Ouvertures

Atelier de calligraphie

Intervenante : Bernadette Main

6 samedis dans l'année (14 h – 17 h)

Apprendre ou approfondir l'art de la « Belle Écriture », pour donner une qualité visuelle à la Parole de Dieu et s'en émerveiller.

sam. 4 oct. ; 6 déc. ; 7 fév. 2026 ; 28 mars ; 30 mai ; 20 juin

Musique baroque

En partenariat avec **France Baroque**, plusieurs concerts sont proposés durant l'année.

Du **23 au 28 février 2026** et du **20 au 25 juillet** ont lieu des stages de musiques médiévales et baroques.

en semaine	OFFICES	le dimanche
6 h 25	Matines	6 h 00
8 h 30	Laudes	8 h 20
11 h 30	Messe	11 h 00
17 h 25	Vêpres	17 h 40
20 h 30	Complies	20 h 30

Abbaye de la Rochette
Hôtellerie Mambré
945 route du Village
73330 Belmont-Tramonet

04 76 37 75 37
hotellerie@abbayedelarochette.fr

www.abbayedelarochette.fr



Autoroute A43 (Lyon-Chambéry) sortie 11 (3 km)
Gare SNCF à Pont-de-Beauvoisin (6 km)

Abbaye bénédictine de la Rochette



2025 – 2026

BELMONT-TRAMONET (73)

Venir à l'Abbaye de La Rochette

pour...

- ✓ **prier** avec la communauté
- ✓ vivre une **journée de désert**
- ✓ être à l'**écoute**
- ✓ prendre un **temps de recul** dans un lieu calme
- ✓ vivre **quelques jours de retraite** avec la possibilité d'être accompagné
- ✓ se donner un **temps de discernement** avant une décision importante
- ✓ découvrir davantage **la vie de la communauté**
- ✓ **rencontrer une sœur** et échanger avec elle
- ✓ **réviser** ses examens
- ✓ vivre un temps ressourçant en **famille**
- ✓ venir avec un **groupe**
- ✓ ...

Tout cela est possible et plus encore !

Quelles que soient vos attentes, vous trouverez une communauté accueillante qui est à votre écoute et disponible pour vous permettre de vivre au mieux ce qui vous a donné le goût de venir chez nous.

Retrouver
ces propositions
et plus encore
sur :



www.abbayedelarochette.fr

et inscrivez-vous à la newsletter de l'Abbaye

Sessions

De la bienveillance dans la communication

Intervenants : Richard et Dominique Poulet,
Association des Amis de l'Abbaye de la Rochette

Toujours autour de la non-violence, nous parlerons de communication bienveillante : écouter ses besoins, rencontrer l'autre. Autrement dit : apporter la paix dans nos relations, les transformer en favorisant la communication entre nous ! Une pédagogie basée sur des rappels simples, des échanges et des exercices.

sam. 15 nov. (9 h) – dim. 16 novembre 2025 (17 h)

Le sens de la fête

Intervenant : Albert Fachler, président de la
Communauté Juive de Savoie

Pour la tradition juive les célébrations liturgiques juives sont d'abord et surtout une rencontre qui, beaucoup plus que d'un rappel d'événements symboliques, nous invitent à devenir les témoins du futur, en nous ouvrant au *Tiqoun Olam*, la réparation du monde.

samedi 28 février 2026 (9 h – 17 h)

L'Évangile de Marc ou comment aborder notre propre violence...

Intervenants : Richard Poulet

Approfondir l'Évangile de Marc pour redécouvrir l'actualité de cet homme hors du commun qu'est Jésus de Nazareth. Une lecture à travers le prisme de la non-violence : comment Jésus nous apprend à vivre notre violence, à développer notre non-violence, à changer notre regard sur nous-mêmes et sur les autres.

mar. 7 juillet (9 h) – sam. 11 juillet 2026 (14 h)

Haltes spirituelles

Au fil des Psaumes...

6 samedis dans l'année (9 h 15 – 14 h)

Après l'office des Laudes, présentation d'un psaume pour nourrir un temps de prière personnelle avant la messe. Possibilité de poursuivre l'après-midi en participant à l'atelier *Calligraphie*, sur le même psaume.

sam. 4 oct. ; 6 déc. ; 7 fév. 2026 ; 28 mars ; 30 mai ; 20 juin

Lectio Divina

Habituellement, le 3^{ème} mercredi du mois (18 h – 19 h)

Lecture spirituelle de l'Évangile du dimanche.

mer. 17 sept. ; 15 oct. ; 19 nov. ; 17 déc. ; 21 jan. 2026 ; 18 fév. ; 18 mars ; 15 avril ; 20 mai ; 17 juin

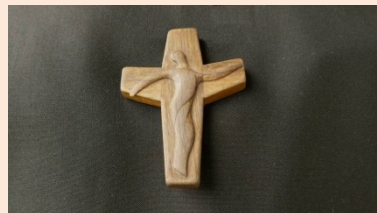
Triduum pascal

Retraite au rythme des Jours Saints

Une méditation sur le mystère pascal nourrie par les offices et des temps de contemplation accompagnée.

Possibilité de loger sur place ou de venir seulement pour les offices et les temps de contemplation.

jeudi 2 avril – dimanche 5 avril 2026



Retraites et haltes spirituelles sont animées par la communauté des bénédictines

Retraites

À partir de l'exhortation
Dilexi te du pape Léon

Carême (1 jour)

L'aumône envers les pauvres

Tout en reconnaissant qu'elle ne sera pas la solution à la pauvreté dans le monde, nous n'avons pas à renoncer à vivre l'aumône. Le Carême est l'occasion d'en redécouvrir le sens spirituel et de choisir quels gestes concrets nous pouvons poser.

samedi 7 mars 2026 (9 h – 18 h)

À l'école de St Benoît (2 jours)

Le pauvre, visage du Christ

L'accueil des pauvres et des pèlerins à une place prépondérante dans la Règle de Saint Benoît. À son école nous sommes interrogés sur cette dimension de l'accueil du pauvre et du petit, personnellement et en communauté.

samedi 18 avril (9 h) – dimanche 19 avril 2026 (16 h)

L'amour envers les pauvres

Dans son exhortation *Dilexi te*, le pape Léon insiste sur le lien étroit entre l'amour du Christ et son appel pour nous, à être proches des pauvres.

3 propositions indépendantes les unes des autres pour s'approprier intérieurement cet appel à travers la méditation de la Parole de Dieu, la lecture de *Dilexi te*, le silence et l'échange, et y répondre concrètement, chacun à sa mesure.

Noël (3 jours)

Jésus, Messie pauvre et humble

Jésus se révèle à nous comme un Messie pauvre. Nous contemplerons durant cette retraite sa naissance dans la pauvreté. C'est ainsi que notre cœur se convertira pour que nous nous rendions plus proche des pauvres et reconnaissons en eux le visage du Christ.

dim. 28 décembre (18 h) – jeu. 1^{er} janvier 2026 (14 h)

Retraites durant l'été

Marche avec nous, Seigneur

Trois jours de retraite pour laisser le Christ nous rejoindre à travers la méditation de la Parole de Dieu (temps de prière personnelle et communautaire) et la contemplation de la création (randonnée en groupe).

lun. 13 juillet (19 h) – ven. 17 juillet 2026 (14 h)

lun. 17 août (19 h) – ven. 21 août 2026 (14 h)

Séjour spirituel à la carte

Chaque matin, des pistes pour prier l'évangile du jour. En fin d'après-midi, un temps d'approfondissement et d'échange différent chaque jour : les psaumes, la Règle de saint Benoît, des repères sur la foi...

Chacun peut vivre, à son rythme, l'une ou l'autre de ces propositions durant son séjour à l'Abbaye.

entre le lundi 6 juillet et le dimanche 12 juillet 2026

entre le lundi 27 juillet et le dimanche 16 août 2026