



La Solitude

de Pré-d'en-Haut

GUIDE

DE LA PERSONNE

ANIMATRICE

Notre mission : *favoriser la quête intérieure par la voie du silence et de l'écoute de Soi.*

Notre vision : *toute personne peut se réaliser pleinement.*

Nos valeurs : *entre autres, l'intériorité, l'amour, le respect et la simplicité.*

Le 10 août 2023

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION.....	3
La Solitude, un lieu unique	3
Un organisme à but non lucratif.....	4
Un bref historique.....	4
VOS ENGAGEMENTS	5
LOCATION DES INSTALLATIONS	6
Les types de location.....	6
Votre logement	6
L’horaire des ateliers	6
Les frais de location	7
L’annulation.....	7
INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES.....	7
Le mot de bienvenue.....	7
« L’ange gardien ».....	8
La nourriture	8
La publicité	8
La présence d’autres personnes sur les lieux.....	8
Le Fonds de la compassion	8
ANNEXE.....	10
Le contrat de location (exemple)	10

INTRODUCTION

Merci d'avoir choisi de présenter un atelier à La Solitude de Pré-d'en-Haut inc., communément appelée La Solitude. Nous espérons que votre séjour sera enrichissant aussi bien pour vous que pour vos participants et participantes.

Le guide que nous vous présentons a été préparé par l'Équipe de programmation de La Solitude. Il contient des renseignements sur l'organisme et sur le déroulement des ateliers.

La Solitude, un lieu unique

Pour bien profiter des bienfaits qu'offre La Solitude, il est très important de connaître à la fois ses particularités et leur raison d'être.

La Solitude est avant tout un lieu où l'on vient vivre une expérience plutôt inhabituelle pour la plupart des gens, celle que nous appelons *Les trois S : Silence, Solitude et Simplicité*. Les installations sont conçues pour permettre aux personnes qui y séjournent de se détendre en silence, de s'intérioriser à l'abri des principales distractions de la vie moderne, de se ressourcer. La simplicité des maisonnettes et de la nourriture favorise la découverte de soi et le retour à la source de vie au cœur de tout être humain. Échanger les bruits de la vie quotidienne contre ceux de la nature peut parfois engendrer un certain malaise, mais en sortant de sa zone de confort, on se donne la permission de revenir à l'essentiel.

Autrefois fréquentée surtout par les adeptes de son fondateur, le père Raymond Bujold, La Solitude est maintenant un lieu non confessionnel, ouvert à tous ceux et celles dont le cheminement et le vécu spirituel s'harmonisent avec le silence, la simplicité et le recueillement. Elle demeure une oasis de paix, un lieu où règnent le calme et la tranquillité.

Il est donc indispensable que les participants et participantes comprennent que la préservation du caractère particulier des lieux suppose un comportement empreint de silence, de discrétion et de respect partout sur le terrain. Le seul endroit où la parole a sa place est le Thabor (la salle de rencontre).

Merci d'encourager vos participants et participantes à tirer pleinement avantage des bienfaits du silence et du contact avec la nature. N'hésitez pas à leur conseiller fortement de mettre de côté, le plus possible, tout ce qui peut faire obstacle au cheminement intérieur. Pour la plupart des personnes, cela suppose se déconnecter de leurs appareils électroniques. Pour d'autres, il peut s'agir, par exemple, de renoncer à la lecture d'ouvrages distrayants ou à la tentation de prendre de multiples photos.

Un organisme à but non lucratif

Dirigée par un conseil d'administration bénévole, La Solitude de Pré-d'en-Haut inc. est un organisme à but non lucratif. La plus grande partie de ses revenus provient des dons qu'elle reçoit. Nous consacrons toutes nos ressources à la mise en œuvre de nos activités, de même qu'au maintien et au développement des lieux. L'un de nos buts est de continuer à offrir des séjours et des ateliers à prix abordable. Le bon fonctionnement, l'entretien des lieux, le développement des services et de la programmation dépendent en très grande partie de l'engagement, des compétences et du dévouement de notre équipe de bénévoles.

Un bref historique

Raymond Bujold était un prêtre missionnaire de la Congrégation de Sainte-Croix (c. s. c.). Il passa environ quinze ans en Inde, se déplaçant à pied, d'un village à l'autre, souvent pendant plusieurs jours. Durant ses longues marches solitaires, il s'est rendu compte qu'en ayant juste l'essentiel pour vivre, sans distractions de l'extérieur, il pouvait entrer plus profondément en communication avec sa voix intérieure et y puiser une force qui l'aidait à continuer sa mission dans des conditions très difficiles.

Après quinze ans d'un total dévouement auprès de gens qu'il aimait, il s'est vu forcé de revenir au Canada à cause de son épuisement et des fortes tensions politiques qui agitaient le nord de l'Inde.

Il s'est vite rendu compte que pour transmettre aux gens de chez lui tout ce qu'il avait découvert en Inde, il ne suffisait pas de leur en parler, il fallait leur faire vivre une expérience. Un matin, il s'est éveillé avec l'inspiration qu'il devait bâtir des cabanes où les gens seraient invités à venir vivre dans le dépouillement et le silence. Il a appelé cet endroit La Solitude. Raymond a animé La Solitude jusqu'en 2007, c'est-à-dire pendant environ trente-cinq années.

En 2015, la corporation de La Solitude de Pré-d'en-Haut a fait l'acquisition du site. Grâce au travail de nombreux bénévoles, dont celui des membres du conseil d'administration, La Solitude est redevenue un merveilleux lieu de silence et de recueillement pour tous ceux et celles qui ont faim et soif de grandir, de découvrir les profondes richesses de leur intérieur. Dans son livre intitulé *Raymond Bujold : Une spiritualité de l'Amour*, Marielle Gervais écrit : *[Raymond Bujold] invite les individus de tout âge, de toute croyance et de tout milieu à La Solitude de Pré-d'en-Haut qu'il a créée justement pour offrir aux gens un milieu unique où, enfin, seuls les sons de la nature environnante constituent un intermède au milieu du silence où, dans une cabane ou sur les sentiers aménagés, chacun peut s'accorder le loisir de reprendre contact avec son être essentiel. Toute personne peut rencontrer au-dedans d'elle-même le sens profond de sa vie en ce point où son être entier – corps, âme et esprit – va dans le sens de la vie réelle.* p. 191

Pour plus d'information, veuillez consulter notre [site web](#)

VOS ENGAGEMENTS

En acceptant de donner un atelier à La Solitude de Pré-d'en-Haut inc., vous vous engagez à assumer certaines responsabilités.

Vos engagements consistent :

- a) À encourager vos participantes et participants à **vivre l'expérience des "3 S"** : Simplicité, Solitude et Silence. Ce sont là les trois caractéristiques de La Solitude. Elles définissent la vocation du lieu et favorisent une démarche vers l'intériorité.

La Simplicité : de la maisonnette, de l'alimentation frugale et de la contemplation en nature. Il s'agit de vivre une expérience de simplicité volontaire dans un endroit sain et sécuritaire.

La Solitude : un moment pour Soi et avec Soi, détaché des conventions sociales et des activités de tous les jours. Elle invite à se détacher des appareils électroniques (cellulaires, tablettes, caméra...) et à se retrouver, dans la liberté de la solitude, le temps d'un séjour.

Le Silence : abandon volontaire de la parole et de l'interaction entre les personnes, apparenté à ce que les bouddhistes appellent le « Silence Noble ». C'est une occasion de calmer l'esprit et de se tourner vers l'intérieur. Sur le terrain de La Solitude et dans les espaces communs, le silence règne pour favoriser la discrétion et le respect à l'égard des autres personnes qui suivent un atelier ou font un séjour en solitaire (retraite personnelle). Il est entendu que durant les ateliers, l'exigence du silence ne s'applique pas dans la salle appelée Le Thabor.

- b) À faire preuve d'une éthique de la **confidentialité** en gardant pour vous les propos des participants et participantes et en évitant de publier des photos sans le consentement écrit des personnes photographiées.
- c) À fournir **une description du contenu de l'atelier** ainsi que des précisions quant à **vos formations professionnelles**. À cette fin, veuillez utiliser le nouveau formulaire. Votre proposition devra être adoptée par l'équipe de programmation avant la signature de l'entente.
- d) À fournir **un horaire du déroulement de l'atelier**. L'horaire doit permettre à une personne de La Solitude de prendre la parole à deux reprises : d'abord à la première rencontre (voir Mot de Bienvenue, plus loin), puis vers la fin de l'atelier pour permettre à « l'ange gardien » de donner quelques directives.
- e) À accepter que La Solitude remette aux participants et participantes un **formulaire d'évaluation** de leur séjour. Les réponses anonymes vous seront communiquées par la suite.

LOCATION DES INSTALLATIONS

Les bâtiments à louer comprennent : le Thabor (salle de réunion), la Maison de la paix, la maisonnette de la personne animatrice, les maisonnettes (ou cabanes) pour les participants et participantes (15 avec électricité, deux sans électricité).

Les types de location

1) Location du Thabor pour un atelier de plusieurs jours

Cette option inclut la location de maisonnettes par les participantes et participants ainsi que la nourriture simple pour chacun et chacune.

2) Location du Thabor seulement, sans résidence dans les maisonnettes pour les participantes et participants, et sans nourriture. La location d'une demi-journée ou d'une journée complète est possible.

3) Location du Thabor et d'un certain nombre de maisonnettes pour une journée complète. La nourriture de base est fournie. Le nombre de participants et participantes minimum sera normalement de 10 et le maximum de 25, selon le type d'activité prévu.

Pour tenir compte de besoins particuliers, chacun des types de location **peut faire l'objet d'une modification** pourvu que celle-ci soit conforme aux valeurs, à la vision et à la mission de La Solitude. Les négociations se font avec la personne responsable des communications à La Solitude en consultation avec l'équipe de programmation. L'entente inclura les modalités de paiement, les frais d'annulation et les responsabilités des parties. (Voir Contrat type de location en annexe).

Votre logement

Durant votre séjour, une maisonnette appelée Maison de l'animateur est spécifiquement disponible pour vous. Cependant, pour le même prix, vous pouvez demander de loger à la Maison de la paix si elle est disponible.

L'horaire des ateliers

L'horaire est flexible. Il est établi avec vous au moment de l'entente.

- a. Atelier d'une journée. Exemple : de 9 h à 16 h.
- b. Atelier de deux jours. Exemple : du vendredi 18 h au dimanche midi.
- c. Atelier prolongé. Exemple : 3 jours ou plus, horaires à déterminer.

Nous suggérons que l'heure d'arrivée des participantes et participants sur le terrain soit de 16 h à 17 h 30. Ceci leur permet d'avoir le temps de s'installer dans leur cabane avant la première

rencontre, qui a normalement lieu à 18 h 30. **N. B.** Dans le cas d'ateliers **commençant très tôt le matin ou se prolongeant au-delà de 12 h le dimanche**, les tarifs seront majorés en conséquence.

Les frais de location

Thabor	<ul style="list-style-type: none"> • 200 \$ par jour pour les ateliers de plusieurs jours (le prix d'un atelier commençant le vendredi soir et se terminant le dimanche midi est de 400 \$) • 300 \$ pour une seule journée
Maison de la Paix ou Maisonnette de la personne animatrice	<ul style="list-style-type: none"> • 65 \$ pour une seule nuitée • 60 \$ par nuitée si plus d'une nuitée
Maisonnettes pour participant. e. s (par personne)	<ul style="list-style-type: none"> • 65 \$ par jour, incluant nuitée et nourriture • 60 \$ par jour pour un séjour de plus d'une nuitée • 50 \$ par jour, nourriture incluse, pour un séjour n'incluant pas la nuit

L'annulation

- Un acompte non remboursable de 200 \$ est exigé pour confirmer la réservation et la tenue de l'activité. Aucune publicité n'est autorisée avant le versement de cet acompte.
- Pour les locations d'une journée, un acompte de 50 \$ non remboursable est demandé.
- La politique d'annulation pour le séjour entier varie en fonction du nombre souhaité de participants ou participantes et du nombre de maisonnettes réservées pour l'atelier. De façon générale, il n'y a **aucun remboursement** des frais de location des maisonnettes en cas d'annulation dans les 7 jours précédant l'activité.
- Les détails de la politique d'annulation sont discutés au moment de la signature du contrat.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Voici quelques renseignements utiles sur lesquels nous attirons votre attention.

Le mot de bienvenue

Au début de la première rencontre, une personne représentant La Solitude partage les quelques principes à suivre durant le séjour et répond aux questions. C'est aussi l'occasion de présenter « l'ange gardien ». Cette intervention ne dure tout au plus que 15 minutes.

« L'ange gardien »

C'est une personne bénévole qui veille aux aspects logistiques pendant l'atelier. Elle est présente sur le terrain pendant tout le séjour et disponible pour les participantes et participants ainsi que pour vous. Elle est le point de contact en cas de besoins, de questions ou d'urgence. « L'ange gardien » veille aussi à la nourriture et à certains aspects de la propreté des lieux. Les services de « l'ange gardien » sont considérés comme nécessaires au bon fonctionnement du séjour et sont donc inclus dans le prix de la location.

La récompense de « l'ange gardien » est d'assister gratuitement à l'atelier. Toutefois, vous pouvez avoir une raison valable de ne pas lui permettre de le faire. Dans ce cas, il faudrait le mentionner dans votre proposition d'atelier.

La nourriture

Un menu simple, mais complet, est disponible en tout temps au bâtiment appelé La Manne. Nous nous soucions d'acheter, le plus possible, des aliments locaux ou, à tout le moins, canadiens. Nous avons, à La Manne, un réfrigérateur réservé aux participants et participantes à besoins particuliers qui apportent un substitut ou deux.

La publicité

La Solitude s'engage à placer l'information de votre atelier sur son site web, sur sa page Facebook et dans son infolettre.

La présence d'autres personnes sur les lieux

Il faut savoir que des gens qui ne suivent pas votre atelier pourraient séjourner sur le terrain. L'observation des principes des "3 S" vaut pour tout le monde.

Le Fonds de la compassion

La Solitude dispose d'un fonds spécial, appelé Fonds de la compassion, destiné à favoriser la participation à des ateliers portant sur des thèmes liés à la compassion. Ces thèmes sont principalement ceux qu'aborde Karen Armstrong dans sa [Charte de la compassion](#) et comprennent la lutte contre toute forme de violence, d'exploitation ou de privation des droits fondamentaux. Dans l'esprit des personnes qui ont créé ce fonds, les ateliers peuvent porter, notamment, sur tout ce qui peut favoriser la réconciliation avec les Autochtones ou, plus généralement, sur ce qui élève l'âme ou suscite l'émerveillement, en particulier la contemplation de la nature. Les participants et participantes à des ateliers portant sur de tels thèmes peuvent, selon certaines conditions, bénéficier d'une réduction des frais. La réduction est maintenant réservée aux personnes dont la demande a été approuvée par La Solitude. Le formulaire est disponible à l'adresse suivante : Ateliers.Workshops.Solitude@gmail.com

ANNEXE

Le contrat de location (exemple)



La Solitude

de Pré-d'en-Haut

1188, rue Principale, Memramcook, NB E4K 2V8

Téléphone : (506) 758-9080 ou (506) 229-1188

Contact : info@lasolitude.ca site web : www.lasolitude.ca

FB : www.facebook.com/lasolitude.silence

Version 10-08-23

Nom du ou de la responsable :		Titre :
Description de l'activité :		Téléphone :
Dates de l'activité :	Nombre de participant. e. s :	Courriel :
Bâtiments réservés : Maisonnette de l'animateur () Maison de la paix () Thabor () Nombre de maisonnettes pour participant. e. s ()		
Coûts de la réservation (de base) : Maisonnettes : 65 \$ (nourriture incluse) pour 1 seule nuitée = 60 \$/nuitée (nourriture incluse) si plus d'une nuitée = 50 \$/jr (nourriture incluse) pour séjour sans nuitée = Thabor : 200 \$ par jour = Maison de la paix () OU Maison de l'animateur () : 65 \$ (nourriture incluse) pour 1 seule nuitée = 60 \$/nuitée (nourriture incluse) si plus d'une nuitée = Ménage du Thabor (s'il n'a pas été fait) : 50 \$ = TOTAL :		Frais à payer : <ul style="list-style-type: none">Acompte 200 \$ non remboursable pour confirmer la réservation (voir <i>Guide</i>, p. 7)Total – 200 \$ = Montant payé :
La location de base comprend : La Manne (nourriture, vaisselle, ustensiles, réfrigérateurs), trois salles de toilettes, deux douches.		

Veillez prendre note que :

- La nouvelle version du *Guide de la personne animatrice* (août 2023) contient **des informations importantes** notamment sur la réservation des installations et sur l'annulation d'ateliers.
- Le Thabor doit être remis dans l'état où il était à l'arrivée ; le plancher doit être balayé ; le réfrigérateur doit être vidé et débranché.
- Si, pour cause de négligence, un bris, un feu ou autre méfait survient, les assurances de La Solitude de Pré-d'en-Haut poursuivent les responsables.
- Il est interdit de FUMER (à l'intérieur et à l'extérieur) et de faire des feux de camp.
- Il est interdit d'amener des animaux de compagnie.
- Les locataires des maisonnettes et des autres installations doivent s'assurer que les locaux sont remis dans l'état où ils étaient à leur arrivée. Des produits et accessoires de nettoyage sont disponibles.
- Les personnes animatrices doivent informer leurs participantes et participants des directives de La Solitude, par exemple le respect du silence.

Date : _____

Signature _____