

PROGRAMME DES JEUNES 4 À 12 ANS



HORAIRE	ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	ANIMATEURS.TRICES INTERVENANTS.ES
9 h 00 à 9 h 15	Accueil Activité libre « Jeu de l'étoile du MAHANTA »	Un jeu pour écouter son cœur et s'ouvrir à l'Amour divin Avec le dé de l'étoile du MAHANTA, chaque lancer invite les enfants à vivre une activité ECK inspirante : rencontrer un Maître en rêve, écrire au Mahanta... un moment de connexion intérieure rempli de douceur et de lumière.	Cécile Bourret Love Gnanih Nicole Nadeau
9 h 15 à 9 h 20	Chant du HU		Hélène Rancourt
9 h 20 à 9 h 55	Activité 1 « Ma semaine en ECK »	Voir le divin dans le quotidien Les enfants illustrent leur semaine avec des images ou dessins, puis partagent les moments où ils ont ressenti l'amour, la gratitude, la joie ou pratiqué un exercice spirituel ECK.	
9 h 55 à 10 h 00	PAUSE		

HORAIRE	ACTIVITÉ	DESSCRIPTIF	ANIMATEURS.TRICES INTERVENANTS.ES
10 h 00 à 10 h 45	Activité 2 « La Lumière et le Son »	À quoi ressemblent la Lumière et le Son ? – Discussion à propos de la Lumière et le Son – Coloriage	Cécile Bourret Love Gnanih Nicole Nadeau Hélène Rancourt
10 h 45 à 11 h 15	Activité 3 « Le tremplin : trouve le cadeau que cache ton problème »	Exercice spirituel Stepping Stone (tiré de <i>The Wonder Within You</i>) – Écrire une difficulté sur une étiquette – Au verso, un outil ECK ou un exercice spirituel pour y faire face – Exemples : HU, Mahanta, exercices ECK	
11 h 15 à 11 h 25	Activité libre « L'arbre de la créativité »	Les qualités de l'Âme – Aimer comme Dieu aime Les enfants créent des feuilles d'arbre, y écrivent une qualité de l'Âme à développer, puis les collent sur le grand arbre de la créativité. L'activité se termine par une visite pour le présenter dans la salle des arts.	
11 h 25 à 12 h 00	Activité Salle principale « La merveille que je suis »	Panel Famille Jeunesse & Arts créatifs jeunesse	Fadhil Eyitayo et Melveen Denadi Love Ghanih et Elween Adisso
12 h 00 à 13 h 00	Dîner		

HORAIRE	ACTIVITÉ	DESSCRIPTIF	ANIMATEURS.TRICES INTERVENANTS.ES
13 h 00 à 13 h 40	Activité 4 « La cape du MAHANTA »	Se sentir guidé et protégé par le Mahanta Discussion sur la façon dont les enfants ressentent l'amour et la protection du Mahanta, suivie d'un atelier où ils décorent leur cape avec des images ECK.	Cécile Bourret Love Gnanih Nicole Nadeau
13 h 40 à 14 h 15	Activité libre « Trouve le HU »	À la découverte de la Lumière et du Son Grâce à un labyrinthe et un cherche-et-trouve tirés du cahier Jeunesse ECK, les enfants plongent de façon ludique dans l'univers de la Lumière et du Son	Hélène Rancourt
14 h 15 à 14 h 25	PAUSE		
14 h 25 à 15 h 00	Activité 5 « Le Sudoku des Maîtres ECK »	L'aide des Maîtres ECK À partir de la Lettre de la Lumière (janvier 2025) – Partage sur l'aide des Maîtres ECK – Jeu : le Sudoku des Maîtres ECK	Cécile Bourret Love Gnanih Nicole Nadeau Hélène Rancourt

HORAIRE	ACTIVITÉ	DESSCRIPTIF	ANIMATEURS.TRICES INTERVENANTS.ES
15 h 00 à 15 h 45	Activité 6 « Atelier Musical »	The Little HU Song Les enfants jouent avec des instruments simples pour découvrir les sons, les rythmes et l'écoute. Un moment joyeux pour s'exprimer et se relier à l'instant présent.	Aline Roy Annie Perreault Daniel Duplessis
15 h 45 à 16 h 20	Activité 7 « Les changements sont nos amis »	Vivre les changements avec grâce À partir de la Lettre de la Lumière, les enfants discutent de la gratitude et de son rôle dans les moments de changement, puis participent au jeu « Exerce-toi à vivre avec grâce » .	Cécile Bourret Love Gnanih Nicole Nadeau Hélène Rancourt
16 h 20 à 16 h 30	Activité libre « Lecture Monde Mystique »	Lecture et réflexion Lecture de deux extraits du <i>Monde Mystique</i> : « Qu'est-ce qu'un véritable Maître? » et « Le point sur la conscience Neuf », suivie d'un temps pour évaluer les activités vécues durant la journée.	
16 h 30 à 17 h 00	Activité Salle principale « Accueillir un nouveau Maître ECK Vivant »	Les enfants se déplacent dans la grande salle pour cette dernière activité, qui clôt le programme jeunesse.	