


# Notre Dame de CANA

Présentation des groupes du 7 septembre 2026

Des groupes de foyers se soutenant mutuellement dans leur vocation d'époux et de parents en préparant à l'avance des séances interactives de spiritualité conjugale en présence d'un prêtre conseiller spirituel.

présentation vidéo (30')
vidéo de rentrée 2026-2027 (8')

## PRIÈRE À NOTRE DAME DE CANA

Notre Dame de CANA : Harmonisez en nos cœurs comme vous l'avez fait aux noces, les réalités humaines et spirituelles. Faites que nous arrivions ainsi à nous sanctifier au travers de tous les détails de la vie conjugale, accomplie en vous et par vous, pour mieux imiter Jésus.

Regardez notre amour conjugal : purifiez-le des susceptibilités, égoïsmes et rancœurs, guérissez-le des blessures du passé, des inquiétudes pour l'avenir.

Vous que l'on appelle la Mère du bel amour (Si 24, 24), embellissez le nôtre et dilatez-le en nos cœurs d'époux et de parents.

Regardez nos enfants qui sont aussi les vôtres depuis leur baptême. Protégez-les du mal et du péché.

Aidez-nous à leur apprendre à préférer toujours le Vrai, le Bien et le Beau.

Donnez à notre foyer, comme à Cana, le vin de la joie familiale.

Nous vous promettons de chercher, en couple et en famille, à faire tout ce que nous dira votre fils (Jn 2, 5), comme vous l'avez voulu.

Nous savons qu'à votre prière, comme aux noces, votre divin fils peut faire un miracle dans nos vies et dépasser nos attentes avec profusion.

Nous vous confions alors tous nos besoins et soucis, matériels, affectifs et spirituels, en particulier : ….

Offrez-nous enfin la douceur de vous aimer sur la terre, afin de pouvoir un jour louer la Très sainte Trinité avec votre Cœur immaculé, entouré des anges, des saints, et de nos proches, pour les siècles des siècles. Ainsi soit-il !

## EXPLICATION DU LOGO

Lieu d'harmonie des réalités humaines et spirituelles, de la gastronomie et du sacrement de mariage, les noces de Cana (cf. Jn 2) voient le Christ bénir et fortifier l'amour conjugal et la vocation d'éducateurs, à la prière de Marie. Les époux trônent couronnés comme dans les mariages orientaux, signe de la dignité du sacrement de mariage et du petit et lent martyre de la vie conjugale, qui doit tuer égoïsme et orgueil et dilater le don de vous-mêmes. Ils ont en main de quoi écrire conjointement et avec complémentarité, comme vous le faites en travaillant les TD CANA. Leurs enfants sont dans une mandorle entre eux, au niveau de leurs pensées, car vous vivez ces séances pour être de meilleurs parents. La blancheur de l'habit du serviteur évoque celui des chanoines de Lagrasse et l'aube de vos divers prêtres conseillers spirituels. Vos prêtres versent ainsi l'eau de leurs connaissances, que le Seigneur va transformer en vin de sagesse conjugale. Il le fait à la prière de Marie, dont la virginité perpétuelle et si féconde est signifiée par les trois étoiles de sa triple virginité, inspirant votre chasteté conjugale. Médiatrice, avocate, elle présente les besoins des époux à son divin Fils. La main gauche du Christ tient le rouleau des Saintes Écritures et sa droite opère le miracle, vous bénit et récompense les efforts de ces séances conjugales.

**Pour approfondir le mystère théologique et conjugal des Noces de Cana (pdf)**
**Résumé en forme de dialogue (audio 15')**

## ORIGINE ET BUT DE CES GROUPES DE COUPLES

**1 -** Fondés en 2010 par les Chanoines Réguliers de la Mère de Dieu, de l'Abbaye de Lagrasse (Aude) sur la demande de foyers de Perpignan, ces groupes se proposent d'approfondir leur spiritualité conjugale et familiale, en alliant référence au Magistère et participation de tous.

## POINTS NON NÉGOCIABLES

**2 -** Les séances sont préparées intellectuellement par les foyers et chacun intervient lors des enseignements qui se veulent ainsi des TD très interactifs entre les couples.

**3 -** Ces préparations et TD réclament et entraînent une grande complicité entre les époux et entre les couples. Le progrès de chaque foyer repose en partie sur le soin apporté à cette amitié conjugale. Pour cela les effectifs d'un groupe ne doivent pas en principe dépasser les 6 ou 7 couples (12 ou 14 personnes). On fuira toute mondanité (cancans et groupes dans le groupe) et on respectera une stricte discrétion sur les sujets personnels évoqués en réunion (au demeurant, nul n'est tenu au 'partage de vie').

**4 -** La prière conjugale introductive aux séances, préparée par chaque couple à tour de rôle, est l'occasion de rappeler le primat de la contemplation et le souci de fonder l'amitié et l'entraide sur la communion des saints.

## CHACUN SA PLACE

**5 -** Consacrés à la Vierge Marie, ces groupes de foyers voient en l'épisode de Cana (Jn 2, 1-11) un lieu originaire de la sacramentalité du mariage, de la médiation mariale et de l'harmonie concrète entre soucis matériels et préoccupations spirituelles.

**6 -** Foyers : les séances Cana, leur préparation et leurs résolution, sont pour eux et par eux, selon l'esprit décrit plus haut.

**7 -** Conseiller spirituel : Ces groupes ont la pleine liberté de choisir leur prêtre conseiller spirituel. Ce prêtre se coordonnera alors avec les chanoines-fondateurs qui interviendront seulement comme conseils, pour garder l'unité d'esprit. Ce conseiller pourra aussi être un diacre ou une religieuse.

Lors des séances, ce conseiller veille à ce que chacun prenne la parole et à la rectitude doctrinale des échanges. En outre, il pourra s'ouvrir à l'accompagnement spirituel des couples et personnes qui le souhaitent.

**8 -** Enfants : là où ce sera possible, il sera bien que les enfants puissent être accompagnés eux aussi - jeux et petits échanges - par des religieux ou des religieuses. Mais les moins de 7 ans sont confiés à la garde de baby-sitters trouvées et rémunérées par les parents.

## ACTIVITÉS TYPES

**9 -** Chaque mois doit avoir lieu une séance. Le groupe peut se réunir en soirée, autour d'un dîner-TD ; il peut aussi profiter du cadre d'une abbaye, pour bénéficier de religieux ou religieuses, d'une introduction doctrinale dans la mesure des disponibilités de ceux-ci (précisions en annexe).

## ENGAGEMENT

**10 -** Les couples s'engagent annuellement à suivre la charte du mouvement (ci-jointe).



cana@lagrasse.org
04 68 58 11 58 (11h30-12h15 et 20h-20h30)

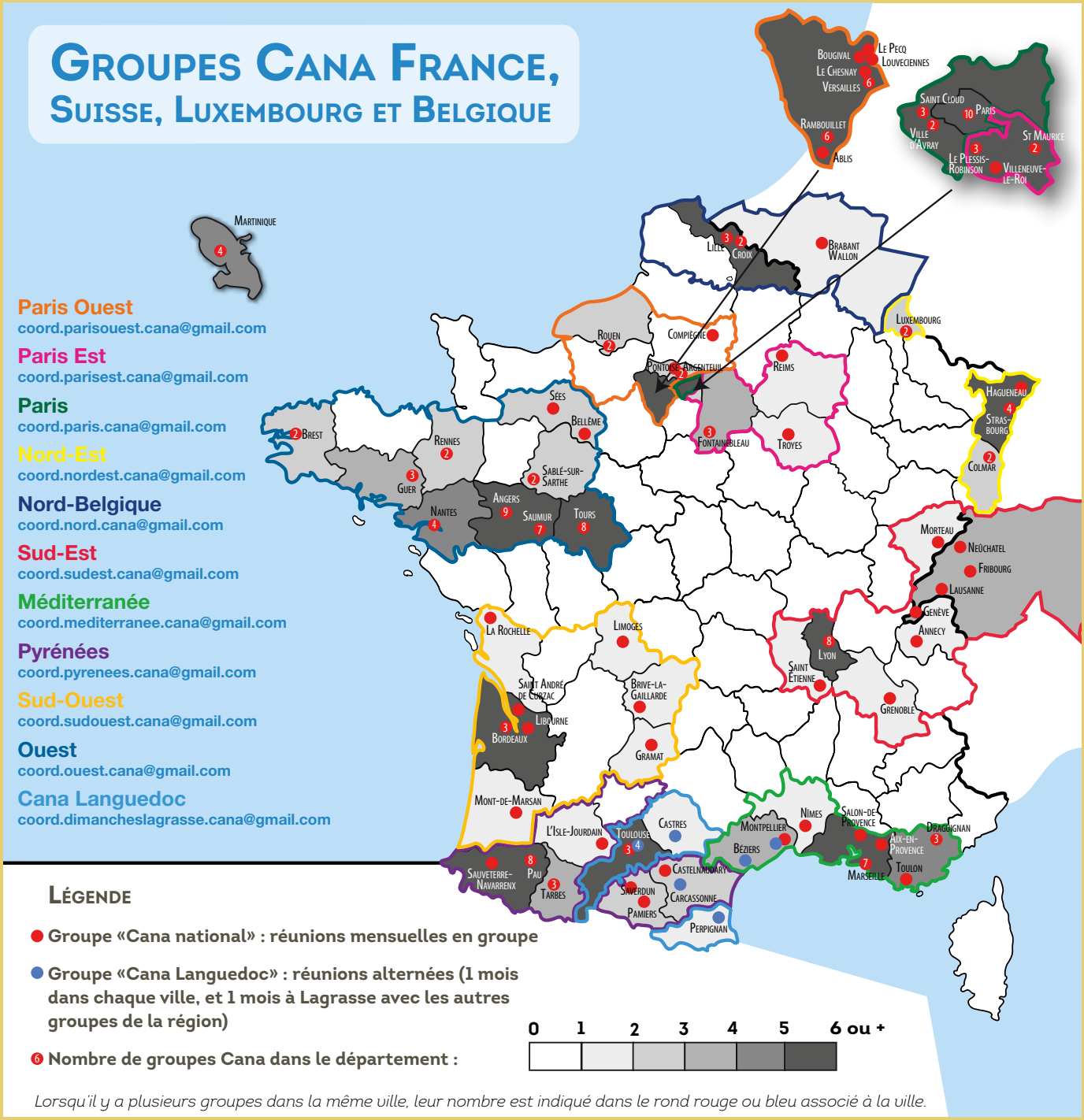
## QUE FAUT-IL DONC POUR MONTER UN GROUPE CANA ?

1. Trouver 5 foyers amis (4 + le couple organisateur). Ne pas dépasser 6 couples sauf exception possible.
2. Trouver un prêtre disponible, assez à l'aise sur les sujets de vie conjugale et fidèle au Magistère.
3. Que tous soient d'accord avec la pédagogie exposée ici et s'engagent en particulier à la charte, p. 10.
4. Choisir un cursus d'année (cf. p. 5).
5. Contacter la coordinatrice sur **cana.coordination@gmail.com** en lui donnant le listing de votre équipe et le thème choisi. Elle pourra vous envoyer des images Cana.
6. Contacter le père responsable de Cana à l'abbaye de Lagrasse (cana@lagrasse.org) si vous avez des questions pédagogiques ou spirituelles.

## RÉPARTITION DES 174 GROUPES CANA

dont 9 en local et 165 en national
5 couples en moyenne, autonomes ou venant à Lagrasse
(cette carte est à jour au 7 septembre 2026)

Pour monter un groupe : contacter cana.coordination@gmail.com
Pour rejoindre une équipe existente, cliquer sur le département concerné et contacter ainsi le coordinateur régional



# 1 : EXEMPLES TYPES D'ACTIVITÉS CANA



**Les équipes « Cana Languedoc »** (bleu sur la carte) et **« Cana national »** (rouge sur la carte) ont donc des fonctionnements un peu différents, seules les premières se retrouvant à Lagrasse tous les deux mois.

Elles ont aussi des cursus différents :
**« Cana Languedoc » suit le nouveau cursus**, dont les TD sont construits en cours d'année
**« Cana national » choisit** librement un des cursus passés (ci-après)

## CANA LANGUEDOC

## CANA NATIONAL

**1 - Tous les mois : la soirée CANA :**

- Le groupe se réunit chez un des foyers volontaires.
- Chacun apporte un élément du repas commun.
- La prière (5-10 minutes environ) est préparée à tour de rôle par un des couples (silence, chant, lecture, intention libres etc...) en lien avec le thème de la soirée.
- Le prêtre conseiller spirituel fait un exposé introductif pendant l'apéritif.
- Le TD a lieu pendant le repas, pour vivre l'harmonie des noces de Cana, entre les réalités gastronomiques, œnologiques... et théologiques, le conseiller spirituel veillant à ce que chacun prenne la parole.
- Une brève prière conclut la soirée.

**2 - Tous les 2 mois : les dimanches CANA à Lagrasse :**

10h : messe à l'abbaye (confessions possibles).

11h40 : jeu pour les enfants (babysitters pour les petits) organisé par les Frères et parfois les Sœurs ; exposé introductif par le conseiller spirituel pour les parents.

12h30 : apéro partagé entre toutes les équipes brassées pour faire connaissance.

13h : déjeuner partagé.

14h30-16h15 : jeux et enseignements pour les enfants, par groupes d'âge ; TD par groupe pour les parents, avec chacun un prêtre conseiller spirituel.

16h15 : prière finale tous ensemble à l'abbatiale. puis possibilité d'entretien spirituel, confessions etc pour ceux qui le souhaitent.

16h25-16h35 : brève réunion des chefs d'équipe.

**3 - Tous les ans : la retraite annuelle**

Elle est surtout demandée par les groupes Cana national mais les équipes locales pourraient en bénéficier à l'occasion.

2 - Les équipes peuvent s'inspirer de ce modèle dans leur région (mais en pratique c'est difficile et presque aucune ne le fait encore).

**3 - Tous les ans : la retraite annuelle :**

- Sur demande des groupes, organisée par eux, et selon les disponibilités des prêtres conseillers spirituels, une retraite annuelle peut être envisagée, alliant prière, entretiens spirituels et confession, et formation à la spiritualité conjugale & familiale. Un chanoine de Lagrasse peut se déplacer si la retraite réunit au moins 2 groupes.

- Cette retraite pourra être l'occasion de reprendre 1 ou 2 TD qui n'auraient pu être assurés pendant l'année, ou d'autres enseignements.

- Éventuel accompagnement des enfants, les petits étant gardés par des babysitters

**Vous trouverez ici un modèle type de retraite Cana pour vous inspirer.**

**Ainsi que des conseils pour l'organisation.**

# 2. CURSUS COMPLETS

que les équipes « Cana national » peuvent choisir

## QUEL CURSUS CHOISIR POUR VOTRE ANNÉE ?

Pour un lancement de votre équipe, une première année Cana, nous vous conseillons de prendre le cursus sur les vertus. Mais ce n'est pas obligatoire et **une petite vidéo** vous présentant les 16 premiers cursus disponibles (18 minutes). En voici le **listing détaillé en pdf**.

## EXEMPLE DE TD AVEC UN CORRIGÉ

*Chaque cursus propose 7 ou 9 TD*

1. LES VERTUS EN FAMILLE
2. LES SACREMENTS EN FAMILLE *
3. LES BÉATITUDES EN FAMILLE
4. LE PATER NOSTER ET LA VIE FAMILIALE
5. LE MYSTÈRE DE L'AMOUR *
6. LA MISÉRICORDE EN FAMILLE
7. L'ÉDUCATION AU FIL DE AMORIS LAETITIA
8. LES DONS DU SAINT ESPRIT
9. LE TRAVAIL ET LA FAMILLE
10. LA FAMILLE ET L'AU-DELÀ
11. L'ÉCOLOGIE INTÉGRALE EN FAMILLE
12. DES MODÈLES DE SAINTETÉ CONJUGALE POUR AUJOURD'HUI
13. LES FRUITS DU SAINT ESPRIT EN FAMILLE
14. LES COUPLES DE LA BIBLE
15. NOTRE DAME, REINE DE NOS FAMILLES
16. VIVRE L'ENCYCLIQUE MAGNIFICA HUMANITAS EN FAMILLE

BONUS

Parce que l'amour conjugal a toujours besoin de révision, voici des **trames de tests** pour aider vos bilans de santé conjugaux ! Et comme on se blesse parfois et qu'il faut demander pardon, voici un **examen de conscience d'époux et une méditation sur la miséricorde en famille** + **examen seul**

*En vert, les cursus qui ont une maquette au graphisme professionnel*

** Le corrigé n'existe pas encore pour ces cursus.*

# 3. PARTICIPATION ANNUELLE AUX FRAIS

Elle est laissée à la libre appréciation de chacun. Les sommes ci-dessous sont indicatives.

## A. POUR LES COUPLES BÉNÉFICIANT DES SÉANCES À LAGRASSE TOUS LES DEUX MOIS.

**FRAIS DES CHANOINES DE LAGRASSE**

Pour régler votre participation Cana, merci de vous rendre sur : **HelloAsso – Cana**

## B. POUR LES COUPLES BÉNÉFICIANT DES TD EN D'AUTRES VILLES DE FRANCE :

La participation est laissée libre (si vous voulez un repère 40-60€/an et par couple semble juste). Pensez aussi à rétribuer vos conseillers spirituels (frais de transport et de préparation) et vos baby-sitters... Si vous utilisez un des cursus relookés (1, 3, 6 et 15) merci de rajouter 5€.

Idéalement, merci de verser sur **HelloAsso – Cana.** L'offrande peut aussi se faire par chèque à l'ordre de ICMD et à poster à : Cana Abbaye Sainte-Marie - 6 rive gauche 11220 LAGRASSE.



*Cette participation étant avec contrepartie n'est pas défiscalisable. Si vous souhaitez faire un don défiscalisable en plus merci de le faire sur* **HelloAsso – Cana** *à la dernière rubrique* (merci de prévenir cana@lagrasse.org (avec votre adresse postale svp !) pour que vous soyez bien remerciés !).

# PRÉSENTATION DE LA CHARTE CANA

**Fondés en 2010** par les Chanoines Réguliers de la Mère de Dieu, de l'Abbaye de Lagrasse (Aude) sur la demande de foyers de Perpignan, les groupes CANA se proposent d'aider les couples à approfondir leur vie conjugale et familiale, d'un point de vue doctrinal, moral et spirituel.

**L'efficacité Cana repose sur un triple appui :**

- La grâce de Dieu, cultivée dans la grâce du sacrement de mariage, la prière conjugale et la confiance en la Vierge Marie, si prévenante à Cana.
- La conjugalité, cultivée dans le travail intellectuel commun, la prière commune et les résolutions communes du couple
- Le travail d'équipe, afin que les couples s'enrichissent mutuellement de leurs expériences et se soutiennent de leur amitié

Concrètement, l'année Cana se compose de 7 à 9 réunions comprenant chacune un bref temps de prière, une conférence doctrinale donnée par un prêtre conseiller spirituel sur la base de l'enseignement de l'Église, un TD préparé une ou deux semaines à l'avance par chaque foyer, et un repas convivial. Entre les réunions, les couples progressent par la prière, la résolution du mois et la préparation du TD suivant.

**ENGAGEMENT POUR L'ANNÉE À LIRE DEVANT L'ORATOIRE FAMILIAL** **(page suivante -->)** puis à découper et à afficher dans un lieu visible tous les jours ! (cuisine, salle de bain, etc.)

**Bel encouragement à lire avant la charte d'engagement :**

## MANDAT DONNÉ PAR LE PAPE FRANÇOIS AUX FAMILLES POUR LA X$^{E}$ RENCONTRE MONDIALE DES FAMILLES (22-26 JUIN 2022)

Chères familles,
Je vous invite à poursuivre votre voyage à l'écoute du Père qui vous appelle :
Soyez des missionnaires dans les voies du monde !
Ne marchez pas seul !
Vous, jeunes familles, laissez-vous guider par ceux qui connaissent le chemin,
vous qui êtes en tête, soyez des compagnons de route pour les autres.
Vous qui êtes perdus à cause des difficultés,
ne vous laissez pas abattre par la tristesse,
faites confiance à l'amour que Dieu a placé en vous,
Implorer l'Esprit chaque jour pour le raviver.
Annoncez avec joie la beauté d'être une famille !

Annoncez aux enfants et aux jeunes la grâce du mariage chrétien.
Donnez de l'espoir à ceux qui n'en ont pas.
Agissez comme si tout dépendait de vous,
sachant que tout doit être confié à Dieu.
Soyez ceux qui «cousent» le tissu de la société […]
qui créent des relations, multipliant l'amour et la vie.
Soyez un signe du Christ vivant,
n'ayez pas peur de ce que le Seigneur vous demande,
ni d'être généreux avec Lui.

Ouvrez-vous au Christ, écoutez-le dans le silence de la prière.
Accompagnez les personnes plus fragiles
Prenez en charge ceux qui sont seuls, […] abandonnés.
Soyez la semence d'un monde plus fraternel !
Soyez des familles au grand cœur !
Soyez le visage accueillant de l'Église !
Et s'il vous plaît, priez, priez toujours !

Que Marie, notre Mère, vous soulage quand il n'y aura plus de vin,
qu'elle soit votre compagne dans le temps du silence et de l'épreuve,
qu'elle vous aide à marcher ensemble avec son Fils ressuscité.

# CHARTE D'ENGAGEMENT CANA




En vertu de notre sacrement de notre mariage, nous voulons tendre ensemble à la sainteté en sanctifiant tous les aspects de notre vie conjugale. C'est pour cela que chacun, librement et joyeusement, nous nous engageons cette année à Cana.

**Avant la réunion :**

1. Nous prendrons chaque mois au moins une heure seuls puis ensemble pour préparer le TD et répondre aux questions. [2]
2. Nous serons assidus aux réunions CANA, les préférant à d'autres, sauf exception. [3]

**Pendant la réunion :**

3. Nous prendrons la parole ni trop, ni trop peu ; nous veillerons à l'unité et à l'équilibre de l'équipe, dans la charité, la bonne humeur et la paix et au besoin le pardon. Nous ne trahirons pas les confidences reçues en réunion.

**Après la réunion :**

4. A l'issue de chaque réunion, nous déciderons et nous rappellerons mutuellement une résolution de couple pour le mois à venir. [4]
5. Nous voulons prier quotidiennement en couple. [1]

**Autant que possible, selon notre situation familiale et spirituelle :**

6. Nous allons tendre, autant que nous le pourrons, à une plus grande fidélité au chapelet, demandé si souvent par la Vierge Marie en ses apparitions et tellement encouragé par les papes pour la paix dans les familles.
7. Nous voulons nous confesser régulièrement, tous les mois environ si possible au minimum, aller à la messe en semaine autant que possible.
8. Nous voulons prendre en tête-à-tête, idéalement et si possible une fois par mois, un temps dédié à faire le bilan de notre couple sur tous ses aspects (matériels, affectifs et spirituels ; joyeux et douloureux : cf. des trames de tests pour aider vos bilans conjugaux) en redisant à notre conjoint « s'il te plait, merci et pardon ».)
9. Nous voulons faire une retraite annuelle, de préférence en équipe Cana, sinon seul ou en couple.

Que Notre-Dame de Cana nous soit en aide !

**Fait à :** **Le :** **L'époux :** **L'épouse :**

(prénom, nom et signature)

[1] Peu importe le lieu, l'heure, la prière... les époux séparés par le travail peuvent convenir d'une heure à laquelle chacun priera de son côté, ou d'une prière choisie ensemble, que chacun dira à l'heure qui lui convient. Mais le principe de la prière conjugale quotidienne est plus que souhaitable. La prière personnelle, ni la prière familiale ne remplace cette prière conjugale, qui, même réduite à un Ave est vitale.

[2] Les époux que le travail tient éloignés préparent séparément le TD, mais doivent ensuite prendre du temps au téléphone ou par visio ou de la manière qui leur convient pour ajuster leurs réponses. Il est souhaitable que chaque conjoint réfléchisse d'abord seul, mais il faut ensuite la mise en commun.

[3] On peut concevoir une ou deux absences, imprévues et impératives, mais à compter de 3 absences prévisibles, il serait préférable de renoncer à cette année Cana pour faire place à une autre famille.

[4] Des suggestions de résolutions seront données en fin de chaque TD, l'important étant que le couple en ait toujours une, Cana ou autre, petite, pratique et précise.

## RÔLE DES CHEFS DE GROUPES CANA

Ce couple « chef d'équipe », choisi par les autres couples, sera chargé :

- d'abord de favoriser un peu l'harmonie des noces de Cana entre les réalités matérielles et gastronomiques et les enseignements théologiques et spirituels. Pour cela, l'apéro et le repas ne sont donc pas un à côté mais centraux dans la pédagogie Cana ! Le couple chef doit favoriser un lien convivial entre les équipiers, sur le plan psychologique, mais aussi matériel en encourageant l'entraide et enfin un lien spirituel, en encourageant à prier les uns pour les autres[1].
- en général, le couple chef est chargé de la coordination avec l'abbaye : faire remonter les infos vers Lagrasse et redescendre les conseils de Lagrasse vers l'équipe ; trouver le prêtre conseiller spirituel pour les réunions ; inviter à payer la cotisation, faire avec le chanoine de Lagrasse responsable de Cana le bilan de l'année, etc.
- en particulier, le couple chef doit veiller au bon déroulé des soirées et TD, selon l'esprit Cana : fixer en accord avec le prêtre conseiller spirituel et l'équipe le calendrier de l'année et désigner ceux qui reçoivent, qui apportent les plats, qui préparent la prière etc ; rappeler au besoin aux membres un peu paresseux de bien préparer les TD ; rappeler les points de la charte ; veiller à la convivialité, etc.

Le couple chef d'équipe montrera bien sûr l'exemple, spécialement sur les points de la charte.

## RÔLE DES COORDINATEURS RÉGIONAUX

Créé à l'essai dès septembre 2024, leur rôle serait triple :

1. Renvoyer les demandes de couples de rejoindre un groupe vers celui qui aurait de la place.
2. Faciliter une retraite annuelle pour les équipes de leur région en coordonnant les forces et besoins de tous.
3. Faire l'interface entre les groupes et la coordination nationale (ex : faire remonter les coordonnées de tous, les souhaits etc)

## RÔLE DES PRÊTRES CONSEILLERS SPIRITUELS CANA LOCAUX

Chaque équipe se choisira un prêtre conseiller spirituel qui entrera en relation avec le chanoine responsable à Lagrasse qui pourra le conseiller. Il n'est pas requis que le prêtre conseiller spirituel célèbre la forme extraordinaire du rite romain. Mais il faut qu'il ait :

- une doctrine sûre, fidèle au Magistère, en particulier en matière conjugale (sur la contraception, divorce, concubinage etc.)
- une expérience dans le domaine conjugal et familial, et du goût pour cela
- une capacité à coacher le TD, une affinité humaine avec l'équipe
- une possibilité d'assister à toutes les réunions (le dédommager de ses déplacements.)

La mission du prêtre conseiller spirituel est en effet de :

Avant la soirée :

- préparer la séance (les chanoines de Lagrasse ont fait un corrigé des TD pour les cursus indiqués : cf. p. 5).
- vérifier que la prière introductrice soit bien préparée et en lien avec le thème. Il peut aider le couple désigné à l'avance par les chefs d'équipe mais il ne fait pas lui-même cette prière.

Durant la soirée :

- donner un bref topo introductif (10-40 mn environ) durant l'apéro, offrant des principes généraux sur le sujet sans répondre à l'avance aux questions du TD. Ce topo introductif est obligatoire
- veiller à ce que chaque couple s'exprime, ni trop ni trop peu. (2 solutions : pour chaque question, soit interroger chaque couple à tour de rôle soit interroger à tour de rôle un couple en particulier et demander aux autres de compléter).
- rectifier avec tact les éventuelles erreurs doctrinales qui auraient été proférées
- répondre aux questions doctrinales que se poseraient les couples et restées sans réponse

Attention à un double écueil : le conseiller spirituel qui est effacé donnant la parole comme un présentateur télé mais sans intervenir ou au contraire trop parler : ne pas transformer le «TD des couples» en « topo du Père» : une idée de répartition du temps de parole pourrait être 25% pour le conseiller spirituel et 75% pour les couples (50% pour le couple qu'il a interrogé en priorité et 25% pour les autres foyers.) Car c'est aux couples de se former par ces partages !



(1) Un petit truc pourrait être de demander à chaque couple une photo de leur mariage avec les dates pour en fêter les anniversaires (et au père de son ordination) et de la plastifier. Elle pourrait être tirée au sort. Chacun s'engagerait à prier pour les personnes tirée au sort, durant le mois suivant.




## CONTACTS

Pour des infos sur les groupes proches de l'abbaye de Lagrasse :
**coord.dimancheslagrasse.cana@gmail.com**

Pour des infos sur les autres groupes :

**Paris Ouest : coord.parisouest.cana@gmail.com**
**Paris Est : coord.parisest.cana@gmail.com**
**Paris : coord.paris.cana@gmail.com**
**Nord-Est : coord.nordest.cana@gmail.com**
**Nord-Belgique : coord.nord.cana@gmail.com**
**Sud-Est : coord.sudest.cana@gmail.com**
**Méditerranée : coord.mediterranee.cana@gmail.com**
**Pyrénées : coord.pyrenees.cana@gmail.com**
**Sud-Ouest : coord.sudouest.cana@gmail.com**
**Ouest : coord.ouest.cana@gmail.com**

Pour la création d'un groupe ou toute autre question :
**cana.coordination@gmail.com**

Pour contacter le chanoine coordonnant tous les groupes CANA :
**cana@lagrasse.org**

**CANA- Abbaye Sainte-Marie**
**6, rive gauche**
**11220 LAGRASSE - France**

**Chanoines Réguliers de la Mère de Dieu (CRMD)**
**www.lagrasse.org**
**Tél. : 04 68 58 11 58**
**https://cana.lagrasse.org/**

*Notre Dame de Cana, sanctifiez nos foyers et nos familles !*
*Saint Jean-Paul II, théologien de l'amour et de la Famille, priez pour nous !*
*Saint Valentin, patron des amoureux, priez pour eux !*