

## Journées de formation



### Ateliers autour de « l'art du sentir »

**Dimanches**

**24 février, 5 mai et 30 juin**  
**14h30-17h30**

avec Robert Eymeri, auteur du livre  
« La voie du sentir de Luis Ansa »  
au Bois Charme, le Châtelet-en-Brie

Comment rester présent, préserver son  
énergie ? Comment capter des  
impressions et nourrir notre être ? ...  
Echanges et exercices pratiques.

### Initiation aux pratiques du sensible

**Dimanche 14 avril**

avec Fabienne Fogarolo,  
somato-psycho-pédagogue

au Bois Charme, le Châtelet en Brie  
Les pratiques du « Sensible » placent  
le corps et ses ressources perceptives  
au cœur de l'accompagnement de la  
personne. Elles favorisent ainsi le  
déploiement de toutes nos qualités,  
physiques, psychiques et spirituelles  
grâce à la perception d'une force de  
résilience qui s'exprime dans le corps.



### Initiation à la permaculture

**Samedi 13 avril**

avec Gérard Perrot, maraîcher en  
permaculture,  
en partenariat avec l'association  
« le Jardin des Cultures », à Thomery

La Permaculture est une méthode de  
conception permettant de créer des  
environnements répondant aux besoins  
des êtres humains, tout en respectant la  
nature. Il s'agit de se sensibiliser à la  
pratique, et d'obtenir des clés pour  
l'appliquer à son échelle.

### Retour à soi et à la nature

**Samedi 25 mai**

avec Nicole Danèse,  
de l'association l'étang aux lotus  
au Bois Charme, le Châtelet-en-Brie

Se reconnecter à la nature pour plus  
de bien-être : une journée pour  
expérimenter la pleine présence dans  
la nature et s'y reconnecter.  
Un temps pour se ressourcer en  
profondeur, dans la lenteur et la  
contemplation et être en harmonie  
avec son corps, son cœur et son  
esprit.



créer et faire soi-même



corps et mouvement



jardiner et observer la nature



le monde et nous