



# ***Stages 2018***

## ***La Fleyssière***

***Communauté de l'Arche  
de Lanza del Vasto***

***34650 Joncels***

***Tél : 04 67 44 40 90***

***[www.arche-nonviolence.eu/fleysièere](http://www.arche-nonviolence.eu/fleysièere)***



## ***Yoga et travail de l'argile***

*du mercredi 9 mai au soir au dimanche 13 au matin*

### **Trois jours complets pour dénouer le corps, centrer l'esprit et s'ouvrir à la créativité**

Nos journées seront rythmées par l'alternance du travail corporel (le matin et en fin d'après-midi) et du contact créatif avec l'argile.

En début d'après-midi, un temps libre est prévu afin de pouvoir découvrir la belle nature qui nous entoure.

Des temps de rencontre et des danses méditatives en soirée compléteront le programme.

**Animateurs : Margarete Hiller**, engagée de l'Arche, professeure de yoga et formatrice,  
**Fernando Gonzalez**, engagé de l'Arche et céramiste

**Participation aux frais** : 287 € tout compris (150 € pédagogie, 137 € hébergement en dortoir et repas) **Arrhes** : 80 € à l'ordre de 'Association La Fleyssière'

**Renseignements**: Margarete Hiller, La Fleyssière, 34650 Joncels, tél : 04 67 57 38 35.  
hillermargarete@yahoo.fr

**Inscription** à l'aide du bulletin ci-joint.



## ***'Semaine Famille' à la Flayssière***

*du dimanche 8 juillet en soirée au vendredi 13 au matin*

Cette semaine s'adresse à des familles : parents ou grands-parents et enfants de tous âges. Dans ce lieu magnifique de nature et de calme nous découvrirons la joie de vivre ensemble le rythme de la maison. Nous participerons à certaines activités communautaires (pluches, services, aide à de petits travaux), et des ateliers artistiques et ludiques seront proposés chaque jour à l'adresse des enfants et des adultes : danses, chants, yoga, contes, soirées autour du feu ...

Nous encourageons ceux qui le souhaitent à proposer un atelier, selon leurs compétences (nous prévenir à l'avance).

**L'accueil** se fera dimanche 8 à partir de 17h. A 19h repas puis première veillée.

**Départ** le vendredi 13 après le petit déjeuner.

**Hébergement** sous tente ou en dortoir (nombre de chambres très limité).

**Participation aux frais** : 173 € (en dortoir), pour les enfants de 2 à 6 ans 60€, de 7 à 12 ans 87€, de 13 à 15 ans 104€. **Arrhes** : 100 € à l'ordre de 'Association La Flayssière'.

### **Les animatrices :**

**Claire Del Puerto**, mère de trois filles et travaillant au Biau Germe. Elle proposera un atelier « contes z'et histoires pour petites et grandes oreilles », ainsi qu'un atelier autour de l'argile. 05 53 01 99 48.

**Nanou Lebrun**, mamie de six petits enfants, retraitée de l'Education Nationale et enseignante de yoga avec la spécificité enfants. 06 84 85 75 29.

**Claire Moussalli-Martinet**, mamie de deux garçons et animatrice de danse-expression. 06 86 11 15 71.

**Inscription** : envoyer vos noms et coordonnées avec un chèque de 100€ d'arrhes (à l'ordre de l'Association la Flayssière) à : Nanou Lebrun residence Mascobado 615 av. de la Reglisse 34070 Montpellier; [mnanoulebrun@gmail.com](mailto:mnanoulebrun@gmail.com) .

Date limite d'inscription le 31 mai.

# ***Peinture - Approche du Paysage***

*du mardi 17 juillet au soir  
au dimanche 22 au matin*



Nous approcherons le paysage en peinture.

Après le petit déjeuner, nous partirons avec notre carnet de croquis prendre des notes « sur le motif » dans la nature environnante. Observer, s'imprégner, se laisser surprendre... L'après-midi, nous travaillerons en atelier, en petit format, avec des techniques à l'eau comme le brou de noix, l'aquarelle ou les crayons de couleurs.

Ce sera l'occasion d'aborder les grandes lignes de la composition, de la couleur, mais aussi la subjectivité; comment l'observation du matin « décante » et peut donner lieu à une création venue de l'intériorité.

Cette session s'adresse aux tout débutants et aux initiés; 10 personnes maximum.

En soirée, des rencontres avec la communauté et des danses méditatives sur demande !

## **Matériel à emporter:**

- petit plumier avec crayon, gomme, taille-crayon, marqueur noir
- 1 bloc de papier A4, 200gr
- 1 carnet de brouillon
- 1 vieille chemise comme tablier
- 1 pinceau à pointe de bonne qualité
- 1 boîte d'aquarelle (couleurs « études » suffisent)
- éventuellement, crayons de couleur ou crayons-aquarelle

**Animatrice : Marie Desbarax**, peintre et art thérapeute à Bruxelles. Amie de l'Arche par conviction et par le yoga.

**Participation aux frais** : 150 € pédagogie ; 173 € hébergement (en dortoir) et repas .

**Renseignements complémentaires** : [www.mariedesbarax.be](http://www.mariedesbarax.be) ; tél: 0032 473 33 49 26;  
[mariedesbarax@gmail.com](mailto:mariedesbarax@gmail.com)

**Inscription** à l'aide du bulletin ci-joint.



## ***Yoga et ressourcement dans la nature***

*du samedi 28 juillet au soir au samedi 4 août  
au matin*

Nous rentrerons progressivement dans le yoga du corps et de l'esprit afin de pouvoir augmenter notre énergie vitale, lâcher les tensions et retrouver un vrai bien-être.

La journée commencera par une méditation gestuelle, puis l'assise en silence, suivie d'une séance de yoga afin de nous imprégner de l'énergie du matin et de nous rendre disponible à la rencontre avec la nature.

Après le petit déjeuner nous partirons à la découverte des chemins caillouteux de ce pays sauvage, à la rencontre des arbres majestueux, des ruisseaux cachés, des rochers et du ciel infini qui nous invite au silence.

Les heures chaudes seront réservées au repos et, selon la demande, à l'approfondissement de certains aspects du yoga. Nous clôturerons l'après-midi avec une séance complète de yoga comprenant respiration, postures et relaxation.

En soirée, des danses méditatives et une marche en pleine conscience compléteront le programme.

Apporter des chaussures de marche et vêtements adaptés aux différentes activités et, si possible, un tapis de yoga.

**Animateurs : Margarete Hiller**, membre de l'Arche, professeure de yoga et formatrice.

**Jean-Baptiste Libouban** : Membre de l'Arche et passionné de la nature.

**Participation aux frais** : 440 € tout compris (195 € pédagogie, 245 € hébergement en dortoir et repas). **Arrhes** : 100 € à l'ordre de 'Association La Fleyssière'

**Renseignements**: Margarete Hiller, La Fleyssière, 34650 Joncels,  
tél : 04 67 57 38 35. [hillermargarete@yahoo.fr](mailto:hillermargarete@yahoo.fr)

**Inscription** à l'aide du bulletin ci-joint.

# ***Travailler l'argile dans la présence à soi-même***

*du dimanche 5 août au soir  
au samedi 11 au matin*



## **Goûter le plaisir du contact avec l'argile :**

Le stage est ouvert à toute personne ayant le désir d'aller à la découverte de cette matière riche de possibilités. Je vous propose un travail de façonnage, et ceux qui le souhaitent expérimenteront le tournage.

Le stage est limité à dix participants maximum.

Apporter des vêtements adaptés au travail de l'argile. Il est aussi possible de faire un stage à l'atelier durant l'année, date et modalités à convenir ensemble.

**Animateur : Fernando Gonzalez Urrejola**, céramiste et membre de l'Arche.

**Participation aux frais :** 429 € tout compris (220 € pédagogie et matériel, 209 € hébergement en dortoir et repas) **Arrhes :** 100 € à l'ordre de 'Association La Fleyssière'

**Renseignements:** F. Gonzalez, La Flayssière, 34650 Joncels,  
tél : 04 67 57 38 35 ou 06 14 03 05 72 ; potlaflayssiere@yahoo.fr

**Inscription** à l'aide du bulletin ci-joint.



## ***Danses traditionnelles des pays de l'Est***

*du dimanche 5 août au soir  
au samedi 11 au matin*

Nous vous invitons à vous laisser emporter par les rythmes des Balkans et à découvrir la joie de danser ensemble dans cette salle aux grandes arches de pierre.

**Patrick Jausaud** enseigne la danse traditionnelle avec professionnalisme et passion depuis de nombreuses années. Il sait communiquer autant la convivialité et la bonne humeur que la dimension intérieure de la danse.

Sa pédagogie s'adresse à tous les niveaux, du débutant au danseur confirmé, elle sera adaptée aux participants. Il propose 3 heures de danses le matin et 3 heures l'après-midi (avec une petite pause). En soirée, danses de bal de tous pays, dans une ambiance festive.

**Participation aux frais** : 150€ pédagogie et cd ; 209€ hébergement (en dortoir) et repas.  
**Arrhes** : 100 € à l'ordre de 'Association La Fleyssière'

En cas de problème financier, contactez-nous et cherchons ensemble une solution.

**Renseignements et inscription** : Patrick Jausaud, 2 chemin des Pontils, 11410 Molleville, tél : 04 68 23 96 33 ; [pjaussaud@laposte.net](mailto:pjaussaud@laposte.net)



***Stage Rêves :***  
***Pour comprendre le sens***  
***de ses rêves***

*du jeudi 30 août après midi au dimanche 2 septembre après le repas de midi*

Apprendre un langage oublié, s'initier aux symboles qui viennent de nos profondeurs et découvrir ainsi cet autre soi-même qui vit en nous, tel est le programme passionnant que je vous propose de partager en alternant des temps de formation collectifs et des temps de travail et d'écoute individualisés. Mon approche des rêves est avant tout humaniste, apprentissage de l'accueil de soi, de l'écoute intérieure, traduction scientifique, artistique et spirituelle des messages venus de notre ombre lumineuse.

Nous aborderons plus particulièrement les thèmes suivants : guerre et paix intérieures, le symbolisme des couleurs.

**Animateur : Bernard Vanmalle**, engagé de l'Arche, poète et traducteur de rêves formé à l'analyse jungienne.

**Participation aux frais** : 100 € pédagogie ; 114 € hébergement (en dortoir) et repas.

**Arrhes** : 80 € à l'ordre de 'Association La Fleyssière'

**Renseignements et inscription** : Bernard Vanmalle, 141 chemin des basses chaumes, 84120 La Bastidonne ; tél : 06 85 76 62 26 ; vanmalle@orange.fr



# ***Improvisation dansée***

*du jeudi 30 août au soir*

*au dimanche 2 septembre vers 15h*



« **Là où impression et expression ne font qu'un, là vit le moi** » Lanza del Vasto

L'improvisation nous invite à cette expérience : se découvrir soi-même en créant sa danse.

De musique en musique nous expérimenterons des temps de recentrage et d'intériorité, des propositions de jeux-dansés avec l'environnement, l'imaginaire, des objets ..., des situations de rencontre et de cocréation, d'interactions à deux ou en groupe etc... Tout un arc en ciel d'expériences qui, nourrissant le corps, l'âme et l'esprit, font grandir en nous la vie.

Ce stage est accessible à tous, ne nécessitant aucun niveau préalable.



**Animatrice : Claire Moussalli Martinet** est née et a grandi dans la communauté de l'Arche de Lanza del Vasto. Elle a élaboré son outil de travail au cours d'une vingtaine d'années d'enseignement, s'inspirant de différentes approches du mouvement : yoga, danses du monde, expression corporelle, danse libre avec Malkowsky, travail d'Yvonne Berge, biodanse, danse contemporaine...

**Participation aux frais** : 114 € hébergement (en dortoir) et repas ; pédagogie entre 70 et 100€ selon vos possibilités. **Arrhes** : 80 € à l'ordre de 'Association La Fleyssière'.

**Renseignements et inscription** : Claire Moussalli : Planel, 66220 St. Martin ;  
tél : 06 86 11 15 71 ; [cdmartinet@gmail.com](mailto:cdmartinet@gmail.com)

## ***Sesshin de Méditation Zen***

*du jeudi 20 septembre au dimanche 23 avec Roland Rech. Tél : 06 77 18 34 50*

## **Association « La Fleyssière »**

L'adhésion à l'association est obligatoire pour participer aux différents stages. La cotisation est de 6 € par personne pour une année. Ce prix est déjà inclus dans les prix de tous les stages.

**Vous êtes chaleureusement invités à notre prochaine AG le 10 mars 2018 à 14h30.**

### **La Communauté et le lieu**

Les communautés de l'Arche ont été fondées par Lanza del Vasto en 1948, après sa rencontre avec Gandhi. Depuis ce temps, les membres de l'Arche, vivant ou non en communauté, essaient de vivre la non-violence dans tous les aspects de la vie. Ils expérimentent une forme de vie tournée vers le service, le partage, la simplification des besoins, l'approfondissement spirituel et l'engagement pour la paix et la justice.

La Fleyssière est située en pleine nature, sur les plateaux sauvages et ventés du Haut Languedoc, en bordure du Larzac, dans un cadre propice au calme, grâce à son environnement paisible. Nous y avons choisi une vie rurale organisée autour de la ferme, la fromagerie, le potager, la poterie, l'accueil et la formation, ainsi que les tâches quotidiennes de la maison.

### **L'hébergement**

Le hameau de La Fleyssière est situé à 600m d'altitude. Veuillez prévoir des habits chauds, même en été. L'hébergement est simple et rustique, en dortoir ou camping (le nombre de chambres est très limité). Veuillez apporter draps et sacs de couchage. Une lampe de poche est indispensable, l'extérieur du hameau n'étant que très partiellement électrifié. Toilettes à compost et douches sont à l'extérieur des bâtiments. Un produit anti-moustiques peut être utile. La nourriture est végétarienne, composée en partie de nos produits biologiques. Merci de venir le jour même où le stage commence et de partir le jour où le stage finit. Pour la confirmation, merci de joindre une adresse mail ou une enveloppe timbrée à votre adresse.



**Pension complète : en dortoir 36 € ; tarif des suppléments : en camping minorer de 3€ par nuit ; en chambre seul, ajouter 7€ par nuit ; en chambre à 2 ou 3, ajouter 4€ par nuit par personne ; fourniture des draps 7 €.**

### **Séjour à la Fleyssière**

En dehors des stages, nous pouvons vous accueillir tout au long de l'année pour partager avec nous quelques temps de notre vie communautaire. Si vous préférez un séjour à 'mi-temps', que vous soyez seul, en couple ou avec enfants, accordez-vous avec la communauté pour la participation financière. Les enfants restent sous la surveillance et la responsabilité des parents. Nous ne pouvons pas accueillir vos animaux.

Informations supplémentaires disponibles sur demande : [leymarie\\_i@yahoo.fr](mailto:leymarie_i@yahoo.fr)

### **Accès**

**En train** : sur la ligne Millau-Béziers, descendre à la halte « Les Cabrils ». Une voiture viendra vous chercher si vous nous prévenez à l'avance (pas de téléphone aux Cabrils).

**En voiture par Bédarieux** : D 35 Lunas, puis D 138 Joncels-Joncelet. Sur le plateau, à droite, suivre 'La Fleyssière'.

Par Lodève : prendre la D 35 direction **Lunas** ; au col prendre à droite la D 142 ; puis la 2ème à gauche la D 138 ; puis la 2ème à gauche => La Fleyssière.

# Bulletin d'Inscription

(à envoyer à La Fleyssière /session..., 34650 Joncels)

Je m'inscris à la **session** suivante :

**Yoga et travail de l'argile \***

*du mercredi 9 mai au soir au dim. 13 au matin*

**Peinture - Approche du Paysage**

*du mardi 17 juillet au soir au dim. 22 au matin*

**Yoga et ressourcement ...**

*du sam. 28 juillet au soir au sam. 4 août au matin*

**Travailler l'argile ...**

*du dimanche 5 août au soir au sam. 11 au matin*

**Nom, prénom et adresse (s.v.p. très lisible!):**

.....  
.....  
.....  
.....

**mail :** .....

**Tél :** .....

J'arriverai en train. Gare : .....

Horaire d'arrivée : .....

J'arriverai en voiture.

Je dors en dortoir.

Je dors sous tente personnelle.

Je joins un **chèque** de 100 € [\*80€] (arrhes à l'ordre de : Association La Fleyssière, non remboursable en cas de désistement moins de 15 jours avant le stage).

---

(signature)