

Stages 2019

à la Fleyssière



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

34650 Joncels ; Tél : 04 67 44 40 90

www.arche-nonviolence.eu/fleyssiere

***À la fin du document vous trouverez
une présentation du lieu
avec les conditions d'hébergement
et
le bulletin d'inscription !***

Yoga et travail de l'argile

*du vendredi 7 juin au soir
au lundi 10 au matin*

**Un long week-end 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 : 261 € tout compris (150 € pédagogie, 111 € 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.

Retraite en Pleine Conscience

du vendredi 3 mai au dimanche 5
Contactez : odile.leflond@gmail.com

Yoga et ressourcement dans la nature

*du samedi 27 juillet au soir
au samedi 3 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 et François Pinquié : engagés dans la Communauté de l'Arche et tous les deux passionnés de nature.

Participation aux frais : 465 € tout compris (220 € 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

Inscription à l'aide du bulletin ci-joint.

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

*du dimanche 4 août au soir
au dimanche 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 : 515 € tout compris (270 € pédagogie et matériel, 245 € 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 4 août au soir
au dimanche 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 Jaussaud 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 ; 245€ 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 Jaussaud, 2 chemin des Pontils, 11410 Molleville,
tél : 04 68 23 96 33 ; pjaussaud@laposte.net

** c'est bien une journée de plus qui est proposée cette année :
du dimanche soir au dimanche matin suivant.*

Stage Rêves :
Pour comprendre le sens de ses rêves

du jeudi 5 septembre au soir
au dimanche 8 après le repas de midi

Courrier de stagiaires:

„Les rêves sont des lettres que nous envoient le ciel et la terre.“

„Quelle joie pendant trois jours de chercher à lire ces messages précieux!“

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.

Cette année, nous aborderons plus particulièrement les thèmes suivants : la mer et la mère, les aliments, présences du Soi.

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

Sesshin de Méditation Zen

du jeudi 19 septembre au dimanche 22
avec Roland Rech. Tél : 06 77 18 34 50

Improvisation dansée

*du jeudi 5 septembre au soir
au dimanche 8 après le repas de midi*

« 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 co-création, 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

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 €.

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 9 mars 2019 à 14h30.

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

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.

Coordonnées GPS : latitude 43°.767596 ; longitude 3°.200581

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 vendredi 7 juin au soir au lundi 10 à 15h

Yoga et ressourcement ...

du samedi 27 juillet au soir au samedi 3 août au matin

Travailler l'argile ...

du dimanche 4 août au soir au dimanche 11 au matin

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

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

mail :

Tél :

J'arriverai en train à la gare « Les Cabrils » à : h.

- J'arriverai en voiture.
- Je dors en dortoir.
- Je dors sous tente personnelle (- 3€/nuit)
- Je dors en chambre seule** (+ 7€/nuit)
- Je dors en chambre à 2 ou 3 lits** (+ 4€/nuit)

**dans le limite de nos possibilités

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)