

VERS UN NOUVEAU PRINTEMPS

ATELIER DE "TRAVAIL QUI RELIE" - ÉCOLOGIE PROFONDE



**Plongeons
au coeur de la forêt,
reliions-nous au corps
et au sensible.
Appuyons-nous sur les
forces du vivant pour
laisser le printemps
éclore à travers
nous.**

**25-26
MARS
2023**

En Alsace,
forêt de Saverne,
avec Elisabeth Metzger
& Géraldine Siméon,
formées au "Travail qui relie"
selon Joanna Macy.

Renseignements et inscriptions
el.metzger05@gmail.com
06.87.96.84.64



- **POUR QUI** : pour les personnes en quête de sens ou de cohérence, pour ceux qui aspirent à prendre soin du vivant et retrouver de l'élan, pour ceux qui ont envie d'explorer leur sensibilité ou leur hypersensibilité, pour ceux qui souhaitent transformer leur écosensibilité et en carburant d'action.
- **COMMENT** : dans un cadre sécurisé, le plus possible en forêt, nous cheminerons au fil d'un processus transformateur.
En nous appuyant sur la méthodologie du "Travail qui relie", créée par Joanna Macy : nous nous ancrerons dans le présent, nous libérerons nos émotions, nous prendrons de la hauteur et nous irons de l'avant.
- **SOPHIE MERLIN** intensifiera cette connexion aux sens en nous proposant une cuisine inspirée et régénérante en harmonie avec le lieu.
- **ELISABETH METZGER** accompagne des personnes (dont beaucoup d'hypersensibles, de burnout...) et des groupes en psychothérapie gestaltiste. Elle facilite la méditation de pleine conscience et forme à la gestion du stress et des émotions et à la résolution de conflits.
- **GÉRALDINE SIMÉON**, fondatrice de Biophilia, professionnelle de l'accompagnement de l'écosensibilité (biophilia.fr), formée à la Communication NonViolente holistique et créatrice d'un "café-empathie" à Grenoble.
- **PLACES LIMITÉES** : 10 à 16 participant.e.s.
- **HORAIRES** : du samedi 10h, accueil à partir de 9h30, au dimanche à 17h30.
Arrivée possible le vendredi soir.
- **LIEU** : un refuge dans la forêt près de Saverne.
- **NUITÉE** : en dortoir, sous abri en extérieur ou en forêt.
- **FRAIS** de pension complète : 80€.
- **FRAIS** d'animation : 100€ (tarif minima sociaux), 160€ (tarif moyen) ou 200€ (tarif solidaire).

Informations et inscriptions :
el.metzger05@gmail.com
06.87.96.84.64

