

L'écriture, une ouverture vers la connaissance de soi

Stage animé par Annick DILLER

Annick est consultante informatique en Solutions de Gestion des Ressources Humaines.

Passionnée par les rapports humains, elle se forme à l'Ecole Parisienne de Gestalt et obtient son certificat de gestalt - praticienne en 2009.

L'écriture est pour elle un partage, un plaisir...

Pour nous joindre :

- ❖ **Annick** : 06 07 35 38 51 et DIGAF@aol.com
- ❖ **Olivia** : 06 84 49 16 63 et olivia.gueroult@nordnet.fr

Le fourneau sera tenu,
pour notre grand plaisir,
par Francis DILLER.



Tarifs et inscriptions

260 euros tout compris :

animation du stage, hébergement, repas

Préinscription auprès d'Annick ou Olivia, par mail.

Après validation, votre inscription sera définitive lors du versement d'un acompte de 100 Euros.



Du 6 au 8 mai 2016

Arrivée jeudi 5 mai en soirée.
Départ dimanche 8 mai après le déjeuner.

L'accueil

L'ermitage de Grandval est une association loi 1901 qui anime dans un esprit humaniste, un lieu de ressourcement situé dans la haute vallée de Brezons, décrite par H. Tazief comme la plus belle vallée en auge d'Europe.

Le site

Le site invite à la paix, au recueillement. Avec ses torrents et ses cascades - **notamment les cascades du Saut de la Truite et de la Borie que nous pourrons aller découvrir**, avec ses sous-bois clairs, il offre aussi largement le « chi » de la nature. A 1200 m d'altitude, sous le Cirque de Grandval et le Plomb du Cantal, sur un pré de 10 ha parmi les hêtres, l'hébergement se fait dans une grange restaurée, jouxtant un buron de berger du 18^{ème}.

L'hébergement

Le rez-de-chaussée offre une grande salle de 60 m² (cuisine, séjour, salle d'activité) et l'étage est distribué en quatre chambres à 2 ou 3 lits. Deux salles d'eau et deux toilettes sèches complètent l'équipement. Repas avec produits de terroir cuisinés sur place.

Contenu du stage

Du vendredi matin au dimanche matin :
5 demi-journées d'écriture - 9 h à 12 h 30 /
14 h 30 à 17 h 30

Après 17 h 30 : repos ou balade avant le dîner.

La Gestalt : l'art du contact

Développant une perspective unifiante et holistique de l'être humain, la Gestalt permet une expérience globale où le corps peut se parler et la parole s'incarner.

A travers différents exercices d'écriture, nous ouvrirons la porte à notre créativité et à nos ressentis, et découvrirons les principes de la Gestalt par la pratique.

En favorisant un contact authentique avec les autres et donc avec nous-mêmes...



Le droit à la différence, à l'originalité : la Gestalt valorise la spécificité de chacun dans une optique résolument existentialiste et non conformiste.

Détente :

En fonction de la météo, nous pourrons aller à la découverte des sentiers et des cascades autour de l'ermitage.

