



Thème/Titre du Projet :

Spiritualité, pleine conscience; Reliance de la Nature Humaine à la Nature

Initiateur du sujet :

Charles Bousset : Accompagnateur Moyenne Montagne

Les personnes participant à cet atelier :

- Annelore Waty
- Sonia
- Arnould Jochy
- Veronique Cavuoto
- Jean Claude Serres
- Jean Philippe Seunevel

1. **Intention: objectif(s) visé(s) par ce projet**

- Importance de conscientiser qu'une transformation globale et locale ne peut passer que par un changement de soi
- Questionner la place des Natures : De mon corps vivant d'humain à ceux qui m'entourent

2. **Action(s) principale(s) :**

- Veiller à avoir une **approche transversale** avec les autres commissions : « apporter le « ça » de manière transversale
- Contacter la commission charte
- Création d'un **espace détente / bien être** / de pratiques
- **Lieu de pratiques œcuménique**
- espace **d'expression libre** pour répondre à la question : « qu'est-ce qui me met en joie? »
- Banque de questions, de petites phrases pour questionner chacun, pour **mettre en chemin**
- **Ateliers pratiques** : - Connexion à la Nature via les animaux, les plantes
 - décontraction / relaxation / prise de conscience du corps / éveil corporel
 - méditation / pleine présence / pleine conscience

3. **Quand voulons-nous commencer ? ... et terminer ?**

Dès Maintenant! Alternatiba ponctue le chemin de certains et on espère qu'il sera **le point de départ** pour d'autres....

4. **Commencer à s'organiser : prochaine étape, rencontre, téléphone, courriel, autres. Dates? Qui?**

Prochaine réunion : première quinzaine de février; doodle en place

Toutes les personnes du groupe seront présentes plus toutes celles qui voudront nous rejoindre. Contacter le :

5. **Coordonnateur des suivis : le pivot de la communication.**

Arnould.jochy@gmail.com

6. **Autres actions - Interventions rapides et autres : Quoi ? Qui ? Quand ?**

La spiritualité est la Nature, la Vie sont omniprésentes, des actions émergeront donc spontanément dans la présence...