L'AETCI région nord-est vous propose en 2020

formations et intervisions aux dates suivantes

- Formation à l'animation de groupes TCI: « Espaces d'écoute, de parole et de lien » (mod. 1)
- du 20 au 23 février 2020 en résidentiel au Gîte de la belle cordière à Chasseley (38) en partenariat avec le pôle formateur Rhône- Alpes.
- Programme et inscription cliquez sur (institution) / (tout public)
- Renseignements / covoiturage de Mulhouse: aetci.nordest@gmail.com / 06 11 80 42 14

~ ~ ~ ~

- Prendre soin de soi et de l'autre Soigner les soignants Prévenir l'usure professionnelle
- du 16 au 18 mars 2020 en résidentiel au Centre du Torrent, à Storckensohn (68)
- du 5 au 7 octobre 2020 en résidentiel au Centre du Torrent, à Storckensohn (68)
- Programme et inscription cliquez sur (programme) / (Tarif & Inscription)
- Renseignements / covoiturage de Mulhouse: aetci.nordest@qmail.com / 06 11 80 42 14

 \sim \sim \sim

- Calendrier des Intervisions à Mulhouse
- 31 janvier 2020 suivie de l'AG de l'aetci nord-est (ouvert à tous)
- 6 juin
- 3 octobre
- Inscription renseignements: aetci.nordest@gmail.com /0611804214
- Lieu: Carré des associations à Mulhouse de 8h30 à 17h, infos/s'y rendre: clic (ici)
- Rappel: Les intervisions sont libres de participation pour tous les animateurs en formation et/ou confirmés quelque soit leur région ou pays d'exercice. Cotisation à jour dans un pôle formateur agréé par le RETCI Comité d'éthique. Pour toute demande hors cursus formation s'adresser au pôle formateur.

~ ~ ~ ~

- Formation des formateurs européen à Storckensohn les 13 et 14 mars 2020 avec le Pr. BARRETO
- Assemblée Générale du RETCI Comité d'éthique (réseau européen thérapie communautaire intégrative comité éthique) à Storckensohn le 15 mars 2020 (info cliquez ici)

L'ensemble des formations en Thérapie Communautaire Intégrative proposées par les pôles formateurs agréés - site https://www.aetci-a4v.eu/

CALENDRIER DES FORMATIONS EN EUROPE

Formations référençables au DATADOCK pour la formation continue



Programme complet détaillées ci-après

ICI ou en cliquant

L'AETCI Nord-Est est une association 1901 à but non lucratif. Elle a pour objet le développement et l'enseignement de la thérapie communautaire. Les produits des stages sont reversés à l'association "les amis de Quatro-Varas" qui soutient le projet dit «Projet Quatro Varas», de la Favela de Pirambu à Fortaleza (Brésil), berceau de la thérapie communautaire intégrative selon le Pr. Adalberto BARRETO.

En savoir plus, cliquez ici http://www.lesamisde4varas.fr/quatrovaras/

Association Européenne de Thérapie Communautaire Intégrative région nord-est
Association de loi 1901 et assimilée au procès-verbal devant le tribunal d'instance de
Mulhouse le 16 janvier 2015 Volume 92, Folio 15 N ° Siren 809200702 Déclaration d'acte
sous le n ° 44680274068

Formation à l'animation De groupes d'écoute, de parole et de lien (Thérapie Communautaire Intégrative - TCI)

Module 1, 2, 3 + stage transgénérationnel (optionnel)

En partenariat avec les associations Européennes de Thérapie Communautaire Intégrative et l'association des Amis de Quatro-Varas.

1 - Présentation du projet.

Dans les domaines du soin, de l'action sociale ou de l'éducation, la méthodologie et l'éthique de la TCI offrent une proposition nouvelle et intéressante, mettant l'accent sur les ressources pour favoriser ainsi l'empowerment" (traductions possibles : "développement du pouvoir d'agir" ou "capacitation").

L'objectif de cette méthode d'animation des groupes est d'accueillir la souffrance du quotidien, la mise en valeur et la mobilisation des ressources des individus, des familles et des groupes, ressources issues des expériences de vie, des valeurs culturelles et d'un regard sur soi prenant en compte ses émotions ; d'éviter de médicaliser la souffrance et notamment la souffrance sociale. Le rôle de l'animateur est de proposer un espace où la parole de chacun est protégée, d'organiser une circulation horizontale et coparticipante des échanges, en suivant une méthodologie précise.

C'est un outil d'intervention et de mobilisation psycho-sociale qui facilite l'accès lorsqu'il est nécessaire aux systèmes sociaux et de soins et qui réduit l'utilisation de ces mêmes systèmes pour répondre à des problématiques liées à la solitude, à une faible estime de soi ou concernant un réseau de soutien personnel restreint voire inexistant.

Les références théoriques sont la Thérapie Systémique, la théorie de la communication, la théorie de la résilience, l'anthropologie culturelle et la pédagogie active de Paulo Freire.

Cette méthode de « facilitation » du groupe offre aux animateurs un cadre de travail précis et validé. Cette validation est fondée sur une pratique de longue date depuis sa conception au Brésil, sur des recherches-actions (références. :https://fr.wikipedia.org/TCI, http://www.aetci-a4v.eu/, http://www.abratecom.org.br/, http://mISMEC-DF), sur l'inscription au programme national de santé publique du Brésil et sur la reconnaissance de la TCI au sein du département de Santé Communautaire de l'Association Mondiale de Psychiatrie Sociale (W.A.S.P.).

Particulièrement adaptée aux publics en situation de vulnérabilité, multiculturels, puisqu'elle est née dans le contexte des favelas du Nord Este Brésilien. Elle se développe en Amérique du sud, au Québec, en Haïti, en Afrique et en Europe depuis maintenant une quinzaine d'années, dans des contextes divers : centres sociaux, Institut de formation de travailleurs sociaux, centres de soins en addictologie, associations d'entraide, Éducation Thérapeutique, personnes âgées, actions de prévention, squats, etc...en France, en Suisse, Belgique, Italie, Allemagne...

2 - La formation s'adresse :

- Aux professionnels de santé et du travail social (Educateurs, Moniteurs éducateurs, Assistantes sociales, ESF, DEFA, IDE, AMP, Aides-soignants, Psychologues, Médecins...)
- Aux Enseignants, Infirmières scolaires...
- Aux Membres d'associations d'entraide et Animateurs bénévoles d'espaces sociaux.
- Il est souhaitable que la formation soit suivie par deux personnes travaillant ensemble.

3 - Déroulement de la formation

La formation se déroule en **trois modules** complétés par **six à huit journées de supervision,** auxquelles s'ajoutent au moins **trente participations à des séances de TCI** dont vingt en tant qu'animateur et dix en tant que participant. Les modules 1 & 2 sont espacés d'une année afin d'installer une pratique effective. Le module 3, « Prendre soin des soignants » peut être effectué dans la même année que le module 2. Nous donnons ici les objectifs généraux de chaque module. les fiches techniques par module sont présentées ensuite dans chaque session de formation, une pédagogie active sera utilisée, avec les axes suivants :

- O Acquisition de la méthodologie
- Développement personnel
- O Ethique et position de l'animateur
- O Engagement dans une intervention psychosociale au profit de la population.

a) Objectifs généraux du premier module

- Découvrir l'histoire, l'éthique et la méthodologie de la TCI, ainsi que ses piliers théoriques.
- S'initier à la pratique de l'animation.
- Prendre conscience de ses propres ressources, au-delà des connaissances académiques, de la valeur de l'expérience de vie, travail sur la relation d'aide dans le contexte de la TCI.
- Travailler avec les institutions pour installer un groupe dans un contexte donné.

A l'issue de ce premier module, les stagiaires seront capables de mettre en place et co-animer un groupe.

b) Objectifs généraux du deuxième module

- Approfondir les connaissances théoriques et pratiques à partir de l'expérience accumulée depuis le 1^{er} module, dans l'animation et la participation aux groupes et supervisions.
- Comprendre la crise comme opportunité de remise en question des certitudes et de découvertes de solutions nouvelles, pour valoriser et stimuler les processus résilients pour soi et pour autrui.
- Approfondissement des bases théoriques en relation avec les étapes de la séance (Systémique et théorie de la communication, Pédagogie de Paulo FREIRE, Anthropologie Culturelle, Résilience.)

c) Objectifs généraux du troisième module

Il est dédié au développement personnel des animateurs, par la prise de conscience de leurs fragilités et de leurs ressources en combinant travail en petits groupes et travail psychocorporel afin de prendre conscience de ses stratégies de dépassements des difficultés de vie. L'objectif de ce module est d'ancrer la position horizontale de l'animateur qui doit se dégager de la posture verticale de « Sauveur de l'humanité » au profit d'un modèle horizontal co-participatif, ce qui suppose qu'il ait pu interroger les motivations profondes de sa vocation de « soignant » au sens large.

- Prendre soin de soi pour mieux aider l'autre
- Retrouver sens et plaisir dans son action, afin de prévenir l'épuisement personnel et professionnel
- Renforcer l'estime de soi, mieux gérer le stress au quotidien.
- Mieux accueillir ses émotions et celles des autres et renforcer ses compétences relationnelles.
- Développer sa capacité d'auto-connaissance.

A L'issue de ce troisième module :

Les stagiaires seront capables de mieux appréhender les situations relationnelles difficiles dans leur pratique au quotidien, à partir d'une attitude personnelle plus juste et plus naturelle, née de la meilleure perception de soi, de ses émotions, l'affirmation de soi à partir d'une estime de soi meilleure, l'intégration de l'autre comme sujet capable de prendre soin de lui, l'appropriation de codes du langage corporel.

a) Objectifs généraux des supervisions

L'AETCI-NORDEST organise trois supervisions par an. Lors de ces sessions d'une journée, les stagiaires des premiers et deuxièmes modules vont travailler ensemble et avec des animateurs confirmés, qui viennent y entretenir la qualité de leur travail. Ils bénéficieront, par le jeu des échanges d'expérience, des ressources des plus anciens. Les supervisions pourront être effectuées auprès des autres pôles formateurs. Comme pour les modules, les axes de travail sont :

- •La pédagogie active.
- •Le travail sur la technique d'animation.
- Développement personnel.
- •La position éthique de l'animateur.
- •L'engagement dans le travail avec les populations.

Les journées sont thématiques et comprennent en général :

- Un temps d'accueil et de recueil des attentes.
- Des exercices en petits groupes autour de la thématique de la journée, choisie par les formateurs en tenant compte des difficultés rencontrées.
- Un temps de travail Psychocorporel et une pratique de la TCI, avec les objectifs suivants :
 - O Affiner la technique d'animation.
 - O Favoriser la créativité des animateurs dans l'adaptation au contexte.
 - O Travailler à partir des difficultés rencontrées par les stagiaires dans leurs pratiques.
 - O Revenir sur les aspects théoriques, en lien avec la pratique.

b) Certification:

Un « Passeport de l'animateur en formation » est délivré à chaque stagiaire. Il devra être visé à chaque séance par les Formateurs. Pour obtenir la certification, « Animateur de groupes de parole, d'écoute et de lien en thérapie Communautaire Intégrative », il devra effectuer les trois modules, participer à 6 à 8 supervisions et assister à 30 séances de Thérapie Communautaire Intégrative dont 20 séances comme Animateur ou Co-animateur et 10 séances comme participant. Lorsque le cycle complet sera validé, il sera délivré un Certificat d'Aptitude à l'Animation de Groupes de Parole, d'Ecoute et de Lien en thérapie Communautaire Intégrative.

c) Méthodes pédagogiques :

La formation met à profit les valeurs de la TCI : Echange d'expériences et co-participation horizontale (pédagogie inspirée des méthodes de Paulo FREIRE). La pratique est au premier plan, l'entrainement des stagiaires à l'animation est complété par des apports théoriques et pratiques.

On utilisera pour tous les modules et les supervisions les méthodes suivantes :

- •L'observation participante : le stagiaire fera des allers retours entre la participation et l'animation des différentes étapes de la ronde en TCI et fera l'expérience de construction co-participative du travail en groupe.
- Apprentissage actif : entrainement quotidien à l'animation.
- Dynamiques psychocorporelles d'auto connaissance visant à partir de l'expérience corporelle, à identifier les ressources propres à chacun, ressources qui seront mobilisables pour l'animation des groupes.
- Apport de connaissances théoriques (diaporamas, méthodes interactives).
- Travail en petits groupes avec restitution en plénière.
- Chaque séquence est ouverte par un court exercice psychocorporel ayant pour objectif d'installer la dynamique de groupe, d'ouvrir aux ressources créatives, sa culture (chants, comptines, rondes etc..) et de mettre en lien le corps, les émotions et la pensée.

Premier module de 4 jours (28h)

« Animer un groupe »

« Je ne peux rien te donner qui n'existe déjà en toi. Je ne peux ouvrir un autre monde d'images audelà de ce qui est déjà dans ton âme. Je ne peux rien t'offrir d'autre que l'impulsion, l'opportunité ou la clef. J'aimerais rendre tout cela visible et c'est tout ¹».

- Objectif: Initiation à la « facilitation » des groupes de pratiques de TCI
- Contenu:
 - Les notions clés de la pratique de TCI : Son histoire, son socle théorique, sa pédagogie et son déroulement.
 - Travail sur soi : Prendre conscience de ses propres ressources, de la complémentarité entre connaissances académiques et l'expérience de vie ; travail sur la relation d'aide dans le contexte de la TCI.
- Installation d'un groupe dans un contexte donné : Construction de l'espace pour les séances,
 Diffusion/Mobilisation des participants, articulation avec les institutions.
- Résultat : A l'issue de ce premier module, les stagiaires sont en mesure d'animer un groupe.
- Pour conclure le premier module et accéder au deuxième module, le stagiaire devra :
 - Participer à au moins trois journées d'Intervision regroupant les stagiaires de niveau 1 et 2 ainsi que des animateurs confirmés, ce qui permet une bonne dynamique d'apprentissage et d'échanges d'expérience entre les différents niveaux.
 - Avoir une pratique régulière (installation du groupe, carnet du facilitateur, évaluation des séances, participation en tant que facilitateur, co-facilitateur ou simple participant)

¹ Hermann Hesse - écrivain allemand

Deuxième module de 4 jours (28h)

« La crise »

Plaquette détaillée sur site / Ouvert aux personnes ayant suivi le module 1

« C'est dans ses chutes que la rivière prend de la force1. »

- Objectif: Approfondissement de la technique d'animation à partir de l'expérience d'animation accumulée depuis le module 1. Poursuivre le travail sur soi. Approfondissement théorique.
- Contenu:
 - Approfondissement théorique autour de l'éthique, du rôle, de la posture, de la résonance au sein du groupe et des ressentis en tant que « facilitateur » de groupes de TCI
 - o Aider à trouver son style, sa créativité dans le contexte d'une ronde de TCI.
 - Comment travailler la crise dans un groupe ? Comprendre les stratégies développées lors de la crise, compte tenu des diversités culturelle des participants.
 - Travail sur soi : Autour de la crise, comme remise en question des certitudes et opportunité de découvrir de nouvelles possibilités ou des pistes solutions.
- Ce deuxième module est complété à nouveau par au moins trois séances de supervision.
- Les supervisions regroupent des stagiaires de niveau 1, 2, 3 et tout animateur d'espace d'écoute, de paroles et de liens. Des formateurs sont également présents. Cette pluralité permet une bonne dynamique d'apprentissage et d'échanges d'expériences entre les différents niveaux.
- Résultat : A l'issue de ce module les participants se sont confirmés en tant que facilitateurs de groupes de TCI.

> Troisième module de 3 jours (21h)

« Prendre soin de soi et de l'autre – soigner les soignants – Prévenir l'usure professionnelle » Ouvert à tous - hors cursus formation animateur TCI

« Même si elle l'ignore, toute personne, possède en elle quelque chose qui est utile à l'autre² »

• L'objectif de ce module est d'ancrer la position horizontale du soignant ou de l'animateur en TCI, qui doit parvenir à abandonner la posture verticale de « sauveur de l'humanité » au profit d'un modèle horizontal co-participatif, ce qui suppose qu'il ait pu interroger les motivations profondes de sa vocation de soignant au sens large.

• Contenu:

- o Socle théorique : L'estime de soi et ses 6 piliers d'après Nathaniel BRANDEN et telle qu'elle est vécue dans la TCI.
- oTravail sur soi:
- Prendre conscience de ses propres fragilités et difficultés, ainsi que de ses ressources pour les dépasser ou vivre avec. Ces trois jours complémentaires mettent en évidence les capacités résilientes des stagiaires, leurs stratégies de dépassement des difficultés de vie et des souffrances.

¹ Proverbe populaire anonyme

² Phrase de Adalberto Barreto créateur de la TCI

4 - Outils pédagogiques : (à l'issus de chaque stage vous est délivrée une attestation)

La formation permet de « vivre » la pédagogie, la méthode, les valeurs et l'éthique de la TCI. Au travers de la pratique, les stagiaires sont mis en situation de facilitation et/ou co-facilitation du groupe formé par les participants avec le soutien des formateurs. L'aller-retour entre expérimentation pratique et échanges est complété par des apports théoriques des animateurs et par l'expérience de vie des participants.

- Les outils pédagogiques utilisés :
 - o Exposés/échanges avec diaporamas.
 - o Rondes de TCI.
 - o Jeux de rôles.
 - o Méthode dite « world-café ».
 - o Travail en petits groupes autour des thèmes au programme.
 - o Des dynamiques corporelles ou exercices d'auto-connaissance. Relaxation.
 - O Des Histoires de TCI et des expériences vécues par les formateurs et les participants.
- **5 Formateurs :** (pôle formateur AETCI.NORD-EST)
- La formation est assurée par des animateurs confirmés, ayant bénéficié des enseignements du Professeur Adalberto BARRETO créateur de la TCI, diplômés de l'Université Fédérale du Ceará et agréés par le comité d'éthique des Association Européenne de Thérapie Communautaire Intégrative.
 - ✓ Pr. Adalberto BARRETO (Ethnopsychiatre et professeur de santé communautaire)
 - ✓ Christine HERTIG (Enseignante/Formatrice et animatrice en TCI)
 - ✓ Philippe NIEDERLENDER (Infirmier en santé mentale/formateur et animateur en TCI)
 - ✓ Agnès SYREN (Cadre de santé/formatrice et animatrice en TCI)
 - ✓ Anne DELMAS (Praticienne en shiatsu, formatrice stagiaire et animatrice en TCI)

Selon les stages sont associés des formateurs d'autres pôles régionaux et/ou formateurs stagiaires.

6- Dates 2020:

- Module 1 : (en partenariat avec et en région Rhône-Alpes information ici)
- ➤ 4 jours en continu (soit 28h) et résidentiel du 20 au 23 février 2020 + 3 journées d'Intervision
- ➤ Lien stage N1, cliquez ici : individuel / institution
- Module 3 : (deux sessions en région Nord-Est au Centre du Torrent à STORCKENSOHN)
 - ➤ 3 jours en continu (soit 21h) et résidentiel du 16 au 18 mars 2020
- > 3 jours en continu (soit 21h) et résidentiel du 5 au 7 octobre 2020

 $Information \'egalement sur site : \underline{http://www.aetci-a4v.eu/aetci-nord-est/}$

- 7 Lieu: (région Alsace pour le N3)
- Centre d'accueil «http://www.letorrent.fr/» 4, rue de Mollau 68470 STORCKENSOHN
- 8 Tarifs: (également en annexe avec le bulletin d'inscription)
- Coût total module 1 & 2 (voir pôles régionaux)
 - Trois jours d'Intervisions annuelles en Nord-Est sont inclus pour les modules 1 & 2 (3jrs de 7h).
- Coût total module 3 (3jrs) : 420€ individuel / 580€ formation continue.
 - ➤ Hébergement et repas sont inclus. L'accueil pourra se faire la veille au soir.
 - ➤ Cotisation aetci.nordest : 20 € à titre individuel (30€ personnes morales / institutions)
- 9 Renseignements: aetci.nordest@gmail.com / 06 16 96 13 01
- 10 Inscriptions: https://www.aetci-a4v.eu/aetci-nord-est/formations-et-intervisions-/

Stage ouvert à 25 participants maximum

STAGE 2020: Prendre soin de soi et de l'autre - Soigner les soignants - Prévenir l'usure professionnelle

- du 16 au 18 mars 2020
- du 5 au 7 octobre 2020
- au Centre du Torrent, à Storckensohn (68)
- Programme et inscription cliquez sur (programme) / (Tarif & Inscription)
- Renseignements: aetci.nordest@gmail.com / 06 11 80 42 14





Prendre soin de soi et de l'autre / Soigner les soignants Prévenir l'usure professionnelle*

<u>Deux sessions en résidentiel</u> : Du 16 au 18 mars 2020 & du 5 au 7 octobre 2020

(* équivalent module 3 TCI)

Prendre soin de l'autre, de la souffrance humaine est une des tâches des professionnels des secteurs sanitaire et social et de toute personne engagée dans la relation d'aide, d'accompagnement ou de soin. Cette mission peut être source de stress, d'usure physique et psychique pour ces professionnels.

Objectifs de la formation

Prendre soin de soi pour mieux aider l'autre. Cette formation est l'occasion, durant 3 jours de :

- > Faire le point pour retrouver du sens et du plaisir à l'accomplissement de ses missions professionnelles.
- Retrouver le sens de son action afin de prévenir l'épuisement professionnel.
- Restaurer l'estime de soi.
- Mieux gérer le stress lié aux conditions de travail éprouvantes.
- Mieux savoir accueillir ses émotions et celles des autres.

Les personnes concernées :

Soignants, travailleurs sociaux, aidants associatifs...

Chaque journée comportera:

- Un temps d'accueil, destiné à présenter la journée et à recueillir les attentes.
- > Des dynamiques brèves et des exercices psychocorporels d'auto-connaissance.
- Des temps de travail en ateliers suivi de restitution en grand groupe.
- > Des temps de présentation théorique avec diaporamas.
- > Un temps d'évaluation de la journée et de clôture.

Contenu et méthode:

Il s'agit d'une session où se mêlent des aspects théoriques et pratiques. L'art de soigner : histoire, objectifs, bases théoriques, méthodologie et éthique. Le travail du groupe est enraciné dans l'expérience quotidienne des professionnels. Différents exercices corporels et jeux de rôle, mises en situation, permettent de travailler à dénouer les tensions. À partir d'un travail sur soi, cette approche permet de :

- ➤ Prendre de la distance avec les vécus du quotidien afin de mieux appréhender les situations relationnelles difficiles (agressivité, violence, stress...).
- Etre dans une présence plus juste dans la relation d'aide en développant ses compétences relationnelles.
- Apprendre à savoir mieux s'appuyer sur le collectif par l'utilisation d'outils communs.
- Augmenter les capacités individuelles de résistance (au stress, au conflit...) par le support du collectif.
- Décoder ses émotions afin de mieux les gérer.
- > S'affirmer face aux autres et d'améliorer ses capacités à communiquer.
- Explorer le langage corporel dans la relation à soi et à l'autre.



Les intervenants :

- ✓ Pr. Adalberto BARRETO (Ethnopsychiatre et professeur de santé communautaire)
- ✓ Philippe NIEDERLENDER (Infirmier en santé mentale/formateur et animateur en TCI)
- ✓ Christine HERTIG (Enseignante/formatrice et animatrice en TCI)
- ✓ Christiane FENEON (Enseignante/formatrice et animatrice en TCI)
- ✓ Agnès SYREN (Formatrice et animatrice en TCI)
- ✓ Anne DELMAS (Praticienne en shiatsu, formatrice stagiaire et animatrice en TCI)

Les formateurs sont diplômés de l'Université Fédérale du Ceara et agréés par l'Association Européenne de Thérapie Communautaire Intégrative.

Dates / Lieux : (deux sessions)

- > 3 jours en résidentiel du 16 au 18 mars 2020 (soit 21h)
- > 3 jours en résidentiel du 5 au 7 octobre 2020 (soit 21h)

Au Centre d'accueil «http://www.letorrent.fr/» 4, rue de Mollau - 68470 STORCKENSOHN

Tarifs: (tarifs groupes / bénévoles associatifs ci-après)

- > 420€ + 20€ adhésion (coût pédagogique + hébergements/repas) tarif individuel
- > 580€ + 20€ adhésion (...) formation continue

Modalités d'évaluation / Documents :

Une séance collective d'évaluation est prévue avec des questions sur le fond (contenu, pédagogie) et la forme (lieu, logistique, ambiance...) et sur les acquis de chaque stagiaire.

Attestations de présence. Diaporamas.

Inscriptions: (avant le 15 février 2020 ou le 4 septembre 2020)

- Sur site: https://www.aetci-a4v.eu/aetci-nord-est/formations-et-intervisions-/
- Ou bulletin d'inscription ci-après

Renseignements:

- > <u>aetci.nordest@gmail.com</u>
- > 06 11 80 42 14

Prévoir tenue confortable, tapis de sol, coussin et une couverture pour le travail corporel.

Arrivée possible la veille au soir avec supplément diner + nuitée Chambre seule (10 euros, à régler sur place). Régime alimentaire sur demande.

Les prestations hôtelières spécifiques doivent être demandées un mois avant le stage.