

# VIVRE EN ACCORD AVEC LE VIVANT °°° PAR DELA LES NUAGES °°°

## *Mode de vie sur le lieu*



*Une des vues du terrain en fin de journée... un jour où le berger passe avec ses brebis :)*

**Pour venir sur le lieu, il est essentiel de respecter son fonctionnement et mode de vie.  
Je vous invite à être attentif.ve à toutes les informations contenues dans ce document.**

**En premier lieu, je vous demande de bien lire la page « lieu de vie sauvage » sur mon site** afin de pouvoir se relier, avec clarté, à l'énergie que porte ce projet, de **ce qu'il peut offrir ou pas**, afin qu'il n'y ait pas de projections, d'attentes et de déceptions : <http://www.cindyjeannon.com/lieu-de-vie-sauvage.html>

<b>Mode de vie sur le lieu</b>	pages 2-8
<b>Chantier « petite tribu »</b>	pages 9-10
<b>Immersion – rencontres « jardinons positif »</b>	pages 11-12
<b>Immersion tribu</b>	pages 13-14
<b>Immersion solo</b>	page 15
<b>Heures arrivée – départ</b>	page 16
<b>Équipement à apporter</b>	page 17
<b>Comment venir ?</b>	page 17
<b>Bulletins d'inscriptions</b>	pages 18 et suite

## Découvrir le lieu

Sur la page « lieu de vie sauvage » sur mon site, se trouve une présentation accompagnée de photos et une vidéo.

En bref :

- le terrain est sur les hauts du village de 09320 Massat, à 800m d'altitude
- superficie de 4000m<sup>2</sup>
- **vue magnifique** sur 360° sur les montagnes autour
- **eau potable**
- **autonomie électrique** par panneaux solaires



Un message clin d'oeil pour les 350 stagiaires qui sont passés par un stage Immersion depuis ces 14 dernières années :)

Ce lieu sera un stage géant de vie sauvage, d'ouverture du coeur et de constructions communes !

En ces temps où nous avons envie de **vivre autrement**, en accord avec nos valeurs de respect du Vivant, dans l'entre-aide interconnectée à tous les mondes : végétal, animal, minéral, humain... **créons Ensemble d'autres chemins possibles.**

## Toutes les belles énergies motivées sont les bienvenues !

### Le paradigme du lieu : se nourrir et s'épanouir à travers le lien

Loin des voies de développement personnel, ici nous serons en conscience et nourris par le **lien de notre relation de groupe**, par le **lien avec le lieu** que nous nous nourrirons de nos constructions.

**Vivre ensemble des échanges bienveillants et nourrissants**, dans l'ouverture du Coeur avec comme diapason la philosophie du lieu.

Être au cœur de l'**intelligence relationnelle**, prendre plaisir de prendre soin de chacun autant que de soi et d'avancer ensemble vers un objectif commun : la création et développement du lieu (jardinage, construction, etc)

Être dans la curiosité et l'envie d'apprendre, de partager, de transmettre, sans autre attente... se laisser porter par l'expérience.

Ce lieu permettra les rencontres tout en expérimentant des constructions vivantes, bonifiantes, contribuant à un **mode de vie régénérateur pour le Vivant.**

© Ces immersions - rencontres sont créés pour **accueillir ceux.celles qui sont en chemin vers un monde plus harmonieux avec le Vivant**, ceux.celles qui se posent de nombreuses questions pour savoir comment faire, **ceux.celles qui ont envie de franchir le pas et qui ont besoin de clarté et d'expériences afin de dissiper leur brouillard...**

Je pourrai partager avec vous l'histoire et le cheminement de la création du lieu, le mode de vie et les aménagements pensés pour être autonomie énergétique, mon expérience : les clés et réflexions de mes expériences traversées, à la fois dans les espaces sauvages qui m'ont transmis et réactivé le fonctionnement du Vivant, mes voyages à la rencontre des personnes qui vivent en harmonie avec la Nature et tout ce que cela soulève chez elles (en constructif et en difficultés), mon mode de vie en nature, les réseaux alternatifs en France, etc...

**Je ne serai, de loin, pas la seule à vous transmettre mon expérience. Chaque personne est riche de sa propre expérience.**



# Votre accueil

## Les aménagements sur le lieu

**Partie d'un terrain nu (une prairie), voici les aménagements essentiels qui furent construits :**

- un accès au terrain et un parking
- une cabane - atelier
- des toilettes sèches
- l'installation d'un système d'énergie autonome solaire
- une cuisine extérieure
- la jolie carabane, sa pergola sauvage (caravane d'accueil)
- une douche sauvage
- la plantation de 80 plantes vivaces, arbustes et arbres fruitiers



## La cuisine extérieure

Elle dispose de suffisamment de vaisselle et d'outils pour préparer de bons repas de manière efficace et joyeuse. gazinière, mini frigo, mini four (à utiliser lorsqu'il y a du soleil : énergie solaire), robot pâtissier (notamment pour faire les pâtes à tarte maison mumm :), blender et extracteur de jus de pratiques étagères de rangement, de la vaisselle, des épices et huiles de qualité.

**Les tâches quotidiennes** seront assumées par chacun.e, tour à tour, selon une organisation collective.

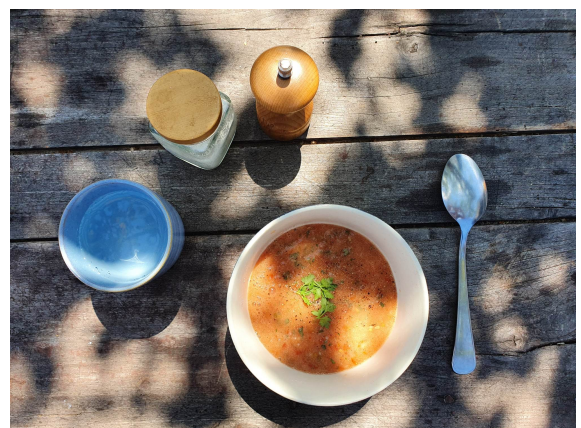
Tâches quotidiennes : aller chercher l'eau potable à la source (15 min de marche aller-retour), la préparation des repas (en duo), faire la vaisselle, vider le compost végétal et des toilettes sèches...

## La nourriture

**La cuisine est bio, végétarienne et sans gluten** (ou très peu : utilisation de farines anciennes et de qualité)... **agrémentée de plantes sauvages.**

**Les repas seront de qualité** avec de bons produits, de bonnes huiles : olive, colza, tournesol bio.

Je m'occupe d'aller faire les courses la veille de votre arrivée. Les magasins sont à 45 min de route. Aussi, je m'approvisionne à l'épicerie **bio du village et maraichères bio du coin afin de faire marcher l'économie locale.**



## **La préparation des repas et la vaisselle se feront dans l'amour.**

### **Composition des repas :**

- une base sans gluten (riz, pomme de terre, socca, quinoa) ou pain bio au levain (présence en très faible quantité de gluten) ou pâte à tarte hand made home pour une tarte salée (farines variétés anciennes)

- légumes frais crus midi et cuits le soir

+ source protéinée (ortie, lentilles, fromages, œufs...)

+ kéfir

Tout sera cuisiné made home par la tribu (donc nous-même),

il n'y aura aucun produit de préparation industriel.

**Le repas du midi sera léger et le repas du soir plus consistant.**

**Les petits déjeuner ne sont pas inclus et sont autonomes.**

### **Exemple de repas de midi léger :**

bol de riz avec épices + émincés de légumes crus, plantes sauvages récoltées + chocolat et fruits

jus avec plante-racine tonifiante (au choix : gingembre, ginseng, ginko, maca)

kéfir made home, eau de source

### **Exemple de repas du soir copieux :**

velouté légumes – plantes ou houmous, pain, tarte salée, fromages, bon dessert, tisane & chocolat

Afin d'être dans un état de conscience optimal pour vivre cette expérience, les repas seront sans alcool.

Pour célébrer la fin du chantier ou la fin de l'immersion, nous vivrons la dernière soirée telle une célébration.

L'alcool, de manière mesurée, pourra être présent lors de cette soirée de célébration (nous pourrions organiser une petite cagnotte pour cet extra).

**Pas de consommation de drogue** durant ces chantiers et immersions. J'écris cela car la consommation de cannabis est très courante dans le secteur.

Pour les fumeur.se.s de tabac, nous vous demandons de fumer en dehors des espaces communs. Aussi d'être extrêmement vigilant.e.s à ne pas déposer de cendres incandescentes en cas de temps secs (éviter les risques d'incendie), de jeter votre mégot dans un contenant adapté.



## **Les frais de nourriture seront assumés par tous les participant.e.s.**

Une contribution **35€/séjour** vous est demandée

Cela comprend : **les ingrédients des repas de midi et soir** bio, locaux, végétariens

Le petit déjeuner étant autonome

**IMPORTANT** Pour le petit déjeuner et goûter, vous serez autonomes et cette nourriture n'est pas incluse dans la participation collective.

Ce repas est à gérer par chacun.e, autant dans son organisation que concrètement... donc à vous d'acheter les produits dont vous aurez besoin pour le petit déjeuner et vos encas - goûters.

Nous avons des coutumes alimentaires différentes, certain.e.s ne prennent pas de petit déjeuner ou de quatre heures. Ainsi, chacun.e se sentira libre.

## Rythme des immersions – rencontres

### **Matin silence jusqu'à 10h30 vous êtes autonomes**

Il y a une vue magnifique sur les montagnes, une immense forêt, un ruisseau à quelques minutes de marche...

Tout cela est propice à la balade, la cueillette, la méditation, la lecture, à tout ce qui vous fera plaisir.

Inspirer le langage sauvage, lire (livres sur l'immersion en nature, le sauvage, les plantes... à disposition), intégrer les échanges et enseignements de la veille, vous reposer, continuer à dormir parce que vous en avez tout simplement besoin...

**10h30 nous nous retrouvons sur le lieu** : éveil des sens, observations, mouvements doux du corps, connexion plantes, cueillette, cercle d'échanges...

12h : point organisation de la journée

12h30 : préparation du repas et tâches communes

13h-14h : repas du midi + si nécessaire échanges sur point technique et organisation sur les actions pour les travaux.

### **Après-midi « jardinons positif », nourrir le lieu, construire ensemble**

14h-18h : cf détail ci-dessous dans « jardinons positif »

18h-19h : selon votre besoin... petit temps solo ou moment en commun... mini balade ou baignade ou chant... en parallèle, pour le duo cuisine : préparation du repas

Selon la météo, je fais des adaptations... par exemple, en cas de grosse chaleur, nous pourrions aller au bord de la rivière en début d'après-midi... se baigner, faire la sieste, lire, se balader... et prolonger le travail du jardin plus tard en journée.

### **Soirée joli repas**

20h30 : **dîner collectif & échanges** - transmissions partages

Tantôt j'animerai des cercles de paroles, tantôt je pourrai répondre à vos questions sur les modes de vie nature, certains des impacts de l'engagement que cela demande, les dynamiques des réseaux et lieux alternatifs en France, les constructions légères et/ou naturelles, etc Nous croiserons nos visions, réflexions, expériences...

22h : synergie apaisement, enclencher l'énergie Yin... on ralentit les échanges denses pour un rythme plus lent : calmer, se recentrer, observer les étoiles, entrer dans la nuit afin de respecter à nouveau un lieu en silence

22h30 : silence sur le lieu, vous pourrez continuer à méditer, observer les étoiles et les chauves souris, écouter le chant des chouettes, lire, dormir paisiblement, rêver...

### **Nuit zen**





# Hébergement

**Pour votre dodo...** en van, en tente, en carabane :

Si vous avez un **van** aménagé : deux vans peuvent être garés sur le lieu.

Si vous dormez en **tente** : vous pourrez installer votre tente (petite tente d'une ou deux places) sur le terrain.  
Je peux également vous prêter une tente.

Choisissez d'expérimenter un mini-habitat :

- **un couchage dans la carabane de fée** (espace de 4,5m2)

Ce logement est proposé à une personne très calme et qui ne ronfle pas hihi ; )

Les deux carabanes (dont la mienne) seront proches l'une de l'autre.

Attention : la carabane de fée aura le auvent qui abrite la cuisine collective

- **un couchage dans mon van aménagé** (lit à refaire chaque soir et à démonter chaque matin pour pouvoir utiliser le véhicule)

- **prêt d'une tente** possible

**Tarif doux** : 10€/nuit pour la carabane de fée, 7€/nuit pour le van, 5€/nuit pour le prêt d'une tente.

**Il faudra apporter votre sac de couchage, votre linge dont votre serviette de douche et taie d'oreiller.**

Je peux vous prêter un coussin ou oreiller si vous venez avec votre taie d'oreiller.

Les nuits peu être encore bien fraîches. Apporter de quoi bien dormir !

Quelque soit le couchage, il est nécessaire de venir avec peu d'affaires (un sac à dos) car les espaces sont petits.



## Hypersensibilité, hyperacousie

Etant hypersensible moi-même, je suis attentive à cela (même si je n'aime pas employer ce terme, car du point de vue des personnes dotées d'une grande sensibilité... nous vivons dans un monde hypersensible).

L'hyperacousie est une hypersensibilité de l'ouïe. Que cela soit l'hyperacousie comme le développement des autres sens (dont le sixième), cela peut être considéré comme un don (comme chez Spiderman ! ;) ou comme une « anomalie » ou « pathologie » au sein d'une société qui sature de bruits, d'odeurs, de visuels, d'informations.

Les personnes qui captent les sons même lointains, les odeurs jusqu'à déceler des émotions, les caractéristiques des plantes, les personnes très sensibles au toucher... sont souvent des poètes, créateur.trice.s, des personnes très attentives aux autres, des lanceurs d'alerte aux toxicités, etc...

Les immersions dans la Nature réveillent nos sens car ils sont des capteurs réels et fondamentaux de notre perception du monde.

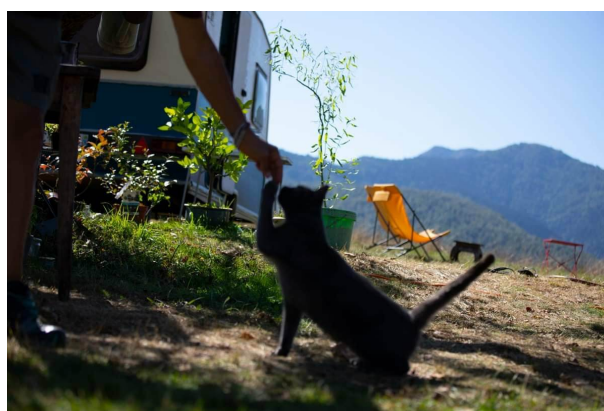
Par l'expérience sur ce lieu, durant ces quelques jours ensemble, votre attention, vos sens et votre sensibilité sont développés. Aussi bienvenu.e.s aux ultra, hyper, méga sensibles... vous ne vous sentirez pas seul.e.s :)

## Animaux domestiques

Sur le lieu est venu Roméo, le chat amoureux. Il est ultra sensible et peureux. Nous venons de passer l'hiver à bouger de toit en toit, alors il a besoin de sécurité.

Nous ne pouvons donc pas accueillir d'autres animaux domestiques pour le moment.

Ici, il y a déjà les chiens (de chasse) des voisins qui circulent parfois et je travaille à ce qu'ils ne viennent pas sur le terrain.



## Le jardin

### Planter des plantes, des arbustes, des arbres

Je rêve de planter des roses à la mémoire d'un ami qui était amoureux d'elles, des plantes médicinales, aromatiques, des arbres fruitiers.

Mes grands-parents étaient paysans et j'ai passé toutes mes vacances chez eux... aux champs, aux bois, au jardin.

En observant le Sauvage, j'ai senti son enseignement.

Observons-le et faisons les gestes qu'ils nous enseignent.

Nous pourrions dessiner un chemin spirale pour une allée de plantes comestibles, etc... c'est expérimental, évolutif, vivant et sera nourri au travers de nos rencontres, des compétences de chacun.e.

### **N'hésitez pas à apporter vos plantes ;)**

Si vous avez un jardin et que **vous avez la possibilité de bouturer, de faire des semis avant votre venue ou de prélever une partie de la plante... venez avec elles... nous les marierons au lieu.**

Des plantes perpétuelles qui résistent à des -20° pour l'hiver comme à des 40° pour l'été.



## Les produits pour l'hygiène

Le système épuration actuelle est la pédo épuration. **Il est donc essentiel de n'utiliser aucun produit qui ne soit pas naturel.**

Il vous faut donc prévoir : un savon 100% naturel, dentifrice naturel fait maison ou marque Weleda est ok.

## Responsabilité civile

Ces rencontres se font en dehors d'une prestation... nous sommes tous responsables de nos actes.

Cependant, il est obligatoire de vérifier que votre **Assurance Responsabilité Civile** est en règle.

**Être en bonne santé est un pré-requis.**

## Photographie

Comme vous le savez, je suis photographe écrivaine, et je transmets la relation au Sauvage notamment par mes livres, articles, etc...

Durant ces chantiers, je réaliserai également des photographies afin d'inscrire nos mains entre-mêlées dans la construction concrète, nos sourires, nos échanges, nos constructions. Vous connaissez mon travail... il transmet l'interconnexion.

Les prises de vue seront discrètes, complices et réalisées dans le Beau. Afin de faciliter la fluidité des images et leur futures transmissions (bien que très peu de photographies finissent par être publiées), je vous demande, comme en stage, de bien remplir l'autorisation (qui se trouve à la fin de ce document) et de me la renvoyer remplie et signée par mail avant votre arrivée. Merci.

En cas de photographie avec des plans serrés sur les visages... je publie uniquement les photographies où chacun.e se sent beau ;)

La plupart d'entre vous suivent ma démarche et mon travail depuis longtemps. Cependant, pour ceux qu'ils la découvrent, je vous invite à lire sur mon site, [la rubrique « ma démarche »](#).

**Ce document contient les informations claires du mode de vie sur le lieu  
afin de venir avec l'enthousiasme et l'envie de le vivre.**

**Au plaisir de vous rencontrer...  
À bientôt**

Avec Amour

Cindy



# Chantier « petite tribu »



## **4 jours : du mercredi 26 avril (arrivée midi) au samedi 29 avril (départ 30 avril matin)**

Si vous souhaitez poursuivre votre séjour dans les montagnes d'Ariège (ce que je vous conseille vivement !), je pourrai vous indiquer des endroits pour randonner ou vous balader. En fonction de la météo et de ma forme... il serait éventuellement possible de partager le samedi en montagne.

**Rythme** : matin silence et autonome / après-midi chantier / soirée échanges & joli dîner

**Hébergement** : un couchage en caravane, un couchage dans mon van aménagé, une place pour poser votre tente ou van aménagé

**Tarif (les seuls frais étant la nourriture)** : 35€ repas midi/soir bio, de qualité et végétariens

**Telle une petite tribu, nous allons remonter le camp de base pour reconstituer les essentiels d'un petit village** pour vivre en tribu et recréer des espaces de vie en harmonie :

- remettre le système d'énergie électrique autonome solaire
- installer un auvent et réaménager la cuisine extérieure
- créer une wild shower en bois tressé
- couvrir de végétaux la pergola en noisetier tressé
- faire quelques réparations suite à l'hiver : réparer un poteau, poncer et passer de l'huile de lin pour protéger la table extérieure, etc...
- apporter du soin aux plantations de l'année passée (aromatiques, fleurs, arbustes et pommiers) et planter de nouvelles plantes (apporter celles de votre jardin ! °)
- éventuellement, nous monterons la tente "petite maison" pour en faire un salon pour les repas et échanges à l'abri en cas de pluie
- cuisiner végétarien ensemble, échanger

## **Les objectifs conscients de cette expérience sont :**

- vivre une expérience concrète de vie dehors
- expérimenter une alimentation sobre et saine
- vivre des relations bienveillantes et nourricières en étant dans une posture d'intelligence relationnelle au service du lieu et du groupe
- un accompagnement pour ceux.celles qui sont déjà en marche vers une vie plus consciente, plus en harmonie

avec le Vivant afin que cette rencontre soit un soutien dans votre parcours et contribue à vous donner des clés et l'élan de réaliser votre mission de vie, de construire votre petit nid.

Pour le chantier "petite tribu", nous avons **besoin d'être une équipe de 4 personnes** (dont je ferai partie). Il reste donc 3 places.

Aucune compétence particulière n'est demandée.

Les bricoleur.euse.s sont cependant les très bien venu.e.s.

C'est un petit chantier au rythme doux pour des bricoleur.euse.s motivé.e.s.

L'important est de venir avec de l'énergie, l'envie de partager, d'être à l'écoute de l'autre, la joie d'être et de faire ensemble et d'améliorer le lieu.

Hébergement : un couchage dans la carabane de fée, un couchage dans mon van et votre van aménagé ou tente si vous avez l'habitude à cette époque de l'année.

La météo s'annonce clémente et douce. Cependant, fin avril les nuits peuvent être encore très fraîches. Apporter de quoi bien dormir !

### *Pour venir au chantier « petite tribu »*

- lire entièrement le document du mode de vie sur le lieu
- remplir le petit questionnaire sympa afin de faire connaissance et de mieux organiser le groupe
- remplir le bulletin d'inscription ci-dessous
- remplir la protocole d'accord ci-dessous
- effectuer l'acompte du règlement pour la nourriture

**Vous pouvez me contacter et renvoyer ces documents par email : [interpretation@cindyjeannon.com](mailto:interpretation@cindyjeannon.com)**

### **Règlement**

**Frais de nourriture pour chantier « petite tribu » du mercredi au dimanche : 35€ (acompte demandé 20€ : vaut pour réservation, paiement par virement cf bulletin inscription)**

**Calculez 10€ x nombre de jour de la durée du chantier hormis le premier jour 5€ (repas sorti du sac à midi)**

Je vous demanderai de régler la seconde partie (15€) à votre arrivée : en liquide uniquement

Donc je vous demande d'apporter l'appoint (à défaut, je ne pourrai pas vous rendre la monnaie)

# Immersion « jardinons positifs »



**4 jours : du jeudi 8 juin (arrivée 12h30) au dimanche 11 juin (départ le 12 matin)**

- les autres dates seront définies en fonction de l'avancement du chantier du premier module de construction  
[me signaler votre intérêt pour être averti.e.s des dates](#)

**Rythme :** demi-matin autonome / fin matinée connexion plantes / après-midi chantier / soirée échanges & joli dîner

## **Programme :**

**J1 :** cercle de parole, visite du lieu et ses installations, explication de la création, observations - réflexions - questions, installation de votre petit nid, soirée d'échange

**J2 à J4 :** **rythme :** demi-matin autonome / fin matinée connexion plantes / après-midi jardiner l'échange / soirée échanges & joli dîner

**Hébergement :** poser votre tente ou votre van aménagé, pour les personnes qui souhaitent expérimenter les mini habitats nomades : un couchage en caravane, un couchage dans mon van aménagé.  
Mini tarif location tente, nuit caravane, nuit van\* cf page 6 dans détails hébergement

## **Tarif de l'immersion : 45€**

système argent + troc = 45€ (comprends les repas végétariens bio midi/soir + adhésion association Heure Bleue) + troc "oeuvrer au jardin"

Souhaitant rendre accessible cette expérience à tou.te.s, j'ai choisi de mixer argent et troc.

C'est à dire que votre participation au travail sur le terrain et jardin du lieu est vu comme une participation équitable à votre séjour. Tout en sachant que nos pratiques au jardin vont nourrir la concentration - méditation, nos liens, l'apprentissage de méthodes et gestes bonifiant pour le Vivant...

L'horizon, la direction des actions est de nourrir le lieu, son jardin, ses plantes et nos relations concrètes au Sauvage.

Il est donc nécessaire d'aimer le travail de la terre, un travail physique doux et efficace pour parvenir à des synergies bénéfiques, d'être dehors quelque soit la météo puisque nous vivons et créons dehors.

**Tel.le.s des jardinier.e.s nous sèmerons, travaillerons la terre, apporterons soin aux plantes.**

**Et nous construirons une protection tout autour du jardin...** car malgré mes essais divers sans clôture, la forêt accolées est une invitation pour les biches et chevreuils qui adorent les plantes du jardin tels des bonbons, il faut donc construire une jolie clôture... et oui, on va l'inventer ! ;)



- semer les graines du moment
- travail de la terre, désherbage manuel
- apporter le soin nécessaire aux plantes qui sont dans leur première année : en fonction de leurs besoins... faire des tuteurs, arroser le soir... rechercher les informations sur la plantes
- apprendre des remèdes : décoctions, infusions...
- apprendre la technique pour fabriquer des bordures en plessis
- faire les poteaux pour les clôtures : coupe de bois
- poémiser la vie

**Semer des graines au sens philosophique et concret,  
par la cohérence du mode de vie,  
des actes au quotidien,  
pour des constructions harmonieuses avec le Sauvage.**

**Les objectifs conscients de cette expérience sont :**

- vivre une expérience concrète de vie dehors
- expérimenter une alimentation sobre et saine
- vivre des relations bienveillantes et nourricières en étant dans une posture d'intelligence relationnelle au service du lieu et du groupe
- un accompagnement pour ceux.celles qui sont déjà en marche vers une vie plus consciente, plus en harmonie avec le Vivant afin que cette rencontre soit un soutien dans votre parcours et contribue à vous donner des clés et l'élan de réaliser votre mission de vie, de construire votre petit nid.

Pour le chantier "jardinons positif", nous avons **besoin d'être une équipe de 4 à 6 personnes** (dont je ferai partie).

Aucune compétence particulière n'est demandée.

Les bricoleur.euse.s et bon jardinier.e.s sont cependant les très bien venu.e.s.

C'est un petit chantier au rythme doux.

L'important est de venir avec de l'énergie, l'envie de partager, d'être à l'écoute de l'autre, la joie d'être et de faire ensemble et d'améliorer le lieu.

*Pour venir à l'immersion « jardinons positif »*

- lire entièrement le document du mode de vie sur le lieu
- remplir le petit questionnaire sympa afin de faire connaissance et de mieux organiser le groupe
- remplir le bulletin d'inscription ci-dessous
- remplir la protocole d'accord ci-dessous
- effectuer l'acompte du règlement

**Vous pouvez me contacter et renvoyer ces documents par email : [interpretation@cindyjeannon.com](mailto:interpretation@cindyjeannon.com)**

**Règlement**

**45€ (acompte demandé 25€ : vaut pour réservation, paiement par virement cf bulletin inscription)**

Je vous demanderai de régler la seconde partie (20€) à votre arrivée : en liquide uniquement

**Donc je vous demande d'apporter l'appoint (à défaut, je ne pourrai pas vous rendre la monnaie)**

# Immersions tribu



**en août et septembre -> sur 4 jours, 5 places par cession**

**4 jours : du mercredi (arrivée midi) au samedi (départ dimanche matin)**

**tarif : 400€**

**Vivre une retraite immersive au coeur de l'été ou de l'automne dans une bulle de verdure en Ariège.**

Je proposerai des immersions en groupe et solitaire.

[me signaler votre intérêt pour être averti.e.s des dates](#)

Nous vivrons une alternance de terrain (rivière, forêt, montagne), des pratiques de ma méthode de Reconnexion à sa nature profonde et au Sauvage, agrégée de nouvelles pratiques (énergétique, sophrologie, sons chantés, photographies avec de simples outils...)

**L'été** est une saison à l'énergie Yang, propice à l'élan, à la création, au renouvellement. Un retour à la simplicité, à l'essentiel qui contribue à faire le vide dans sa tête et à clarifier ses idées et ses émotions.

**L'automne** est une saison à l'énergie Ying, propice au retour à la terre, à l'intériorité, à l'intégration du vécu. Un retour à la simplicité, à l'essentiel qui contribue à nettoyer l'esprit. La métamorphose de ce qui nous entoure résonnera avec notre propre transformation intérieure : le brame du cerf sera proche et vibrera en nous, la colorisation des feuilles sera source d'inspiration, les nuits étoilées...

**Penser, rêver, éveiller son imaginaire pour ressentir et relier nos liens positifs avec le Sauvage. Les concrétiser afin de porter cette vision positive au monde.**

En ces temps de bouleversements, de grands changements, je vous propose de vous accompagner à la **Reliance à votre profondeur, au Vivant**, et à favoriser la clarté, l'expression de votre vision - chemin, de vos ressources, vivre le lien dans un cercle bienveillant.

Dès votre arrivée, je crée un cadre pour que vous vous sentiez libres dans votre expression... nos relations seront basées sur la confiance, l'écoute, la bienveillance.

**Cela vous permet de :**

- Oser vivre une immersion dans la Nature, sans peur.
- Pouvoir vous exprimer dans votre authenticité.
- Développer votre créativité.
- Partager votre expérience.
- Exprimer l'invisible, notamment ses émotions, les énergies ressources et/ou bloquantes par un langage image.

Je vous guide dans tout ce processus de ressentis, d'expressions, de créations. La mise en lien des expériences donne des ailes à l'épanouissement de chacun et au déploiement de la cohérence au sein du groupe.

Les stages nous permettent de vivre le Lien au Sauvage, à notre profondeur et à la "tribu". Les échanges bienveillants en groupe nourrissent notre confiance, notre force, notre créativité...

**Rythme :**

- matins autonomes et en Silence jusqu'à 10h ou 11h (selon la saison) pour la méditation - contemplation, la captation du langage sauvage, intégration des échanges de la veille
- repas midi
- après-midi : enseignements, pratiques avec alternance d'immersions nature posées ou dynamiques : marches voire petite rando, travail de l'intuition et de la créativité, analogies de sa nature profonde avec le Sauvage, expression photographique, cercle de parole...
- soirées autour du feu (si météo propice) : repas chaleureux sous les étoiles et échanges

Lors de cette immersion, les soirées seront consacrées à des échanges - réflexions, notamment sur le mouvement de changement de notre mode de vie pour être plus en lien avec un mode de vie plus proche de la Nature. Il est essentiel, d'aborder ce point de façon concrète afin de ressentir le soutien dans cette avancée créatrice et de relier nos expériences, de partager nos découvertes, et nos propres solutions et erreurs.

**Ce stage Immersion ne demande aucun prérequis en photographie (c'est le seul stage ainsi).**

Vous pouvez venir avec votre smartphone équipé d'un appareil photo de bonne qualité avec possibilité de réglages pro, votre bridge ou réflex.

L'enseignement de ce stage est donc avant tout basé sur le travail des perceptions, l'expression créative et sensible, la reconnexion à votre nature profonde et au Sauvage.



# Immersion solo



**à partir de mi-septembre à mi-octobre -> sur 4 jours, 2 places par session**

**4 jours : du mercredi (arrivée midi) au samedi (départ dimanche matin)**

**hébergement en carabane**

[me signaler votre intérêt pour être averti.e.s des dates](#)

**Proposée en priorité aux personnes qui ont vécu un de mes stages, un des chantiers ou un séjour Sweet-home... ou encore un.e lectrice Yggdrasil motivé.e pour vivre l'expérience.**

**De plus, un échange téléphonique sera préalable afin de vous permettre de cerner avec clarté les possibilités et limites de l'expérience.**

Vous souhaitez vivre une semaine en immersion sur les hauts du village Ariègois de Massat connu pour ces démarches alternatives ?

Goûter à la vie en montagne, dans un lieu accessible afin d'expérimenter et de croiser vos idées, vos lectures, vos envies à la réalité. Vivre parmi la forêt, la population et le Sauvage.

Pour votre immersion, je vous propose le confort d'une **carabane** :

- carabane de fée 4,5m2 qui contient un lit une personne, un petit espace cuisine et une table avec deux assises
- carabane Eden 8m2 qui contient un lit deux personnes, un petit espace cuisine et une table avec deux assises

**Pour une personne seule**

tarif à définir

Je vous accompagne et suis présente sur le lieu durant votre immersion.

**Tous les bénéfices seront investis dans l'amélioration du lieu : pour les plantations, constructions et l'accueil.**

# Pour tous les chantiers

## À votre arrivée,

J1 à midi : accueil autour d'un thé, kéfir ou autre boisson fraîche ou chaude selon l'envie.

Cercle de parole : présentation de chacun.e.

13h : repas tiré du sac (que chacun.e aura préparé avant sa venue)

14h : visite du lieu

15h : mini chantier afin de mettre en place l'essentiel pour le premier jour (notamment le système électrique)

Installation de vos campements.

19h : préparation du dîner. Nous préparerons un joli cercle, dînerons et nous ferons connaissance.

## Votre départ,

le dernier soir, nous ferons une soirée pour célébrer la fin de notre séjour ensemble.

**Le lendemain matin, vous pourrez partir quand vous le souhaitez.**

Ces rencontres – chantiers se feront dans une belle énergie, où la richesse sera dans l'association des savoir-faire, savoir-être, la joie d'apprendre ensemble de la diversité de nos savoirs.

**Si vous souhaitez poursuivre votre séjour dans les montagnes d'Ariège** (ce que je vous conseille vivement ;), je pourrai vous indiquer des endroits pour randonner ou vous balader. En fonction de la météo et de ma forme... il serait éventuellement possible de partager le samedi en montagne.

**Nous serons portés par la joie de ce que nous créerons ensemble.**



## Équipement à apporter

### Équipements et protection individuelle : je vous recommande d'apporter :

- gants de travail, peuvent être nécessaires pour manipuler le bois
- chaussures fermées et vêtements de travail pouvant être salies,

### Vêtements chaud/froid :

Nous sommes à 800m d'altitude au cœur des Pyrénées. Nous pouvons avoir des températures très douces en journée, comme des sécheresses très chaudes en été. Des températures qui se ressentent froides par jour de pluie. Des nuits fraîches.

Alors, il vous faut prévoir des vêtements adaptés au chaud, au froid (et oui, même une doudoune pour le soir), pour la pluie, afin de vous sentir bien, que votre équipement soit adapté au lieu.

- chapeau, lunettes de soleil et crème solaire
- bonne polaire et doudoune pour les soirées fraîches
- parapluie, bottes (et oui quand il pleut, cela vous sera utile) je peux prêter une paire pointure 37

### pour votre couchage et vie sur le lieu :

- apporter votre tente, votre sac de couchage, votre oreiller, votre linge, votre savon, votre serviette de cuisine (on ne s'essuie pas sur le torchon à vaisselle), votre couteau, votre bol ou autre récipient de votre petit déjeuner, une thermo. Toutes vos affaires personnelles doivent tenir dans un sac à dos afin de pouvoir rentrer dans votre abri de couchage.

### Si vous avez des outils... ce serait super de les apporter !

J'ai les outils de base mais en un seul exemplaire. En faisant des binômes ou trio... nous serons plus efficaces avec plusieurs visseuses-perceuses.

**Donc si vous avez une visseuse-perceuse, scie manuelle, hache... une débroussailleuse... apportez-les !**

## Comment venir jusqu'au lieu ?

Dans un premier temps, vous pouvez étudier votre trajet pour aller jusqu'au **village de Massat 09320**.

Puis, lorsque vous vous inscrirez je vous enverrai les indications pour venir jusqu'à « Par delà les nuages ».

Le terrain se trouve à 4 kilomètres du village, il est accessible en voiture.

### *En train*

Les gares les plus proches sont à Saint Giron 09200 ou à Tarascon-sur-Ariège 09400.

Il existe deux lignes de bus : lignes 452 et 457 qui desservent Massat : attention, il y a seulement peu de passages... et à vérifier durant les vacances scolaires.

Si vous venez d'un grand axe, vous prendrez certainement le train jusqu'à Toulouse puis jusqu'à Saint Giron.

Depuis St Giron, des navettes pour venir à Massat ☺ TAD (transport à la demande) attention, il faut réserver

Sinon depuis St Giron, la route est un axe bien emprunté et le stop fonctionne très bien en journée (dimanche à éviter).

Pour les navettes, un seul tarif : 2€ donc soit vous prenez le bus, soit vous réservez une navette.

Réservation par téléphone 05 34 14 01 72 du lundi au vendredi 14h-17h



# Inscription Immersion

## « jardinons positif »

*dates :*

**Nom :**

**Prénom :**

**Age :**

**Profession :**

**Adresse :**

**Code postal :**

**Ville :**

**Téléphone :**

**Mail :**

Je soussigné M \_\_\_\_\_ accepte les conditions nommées dans ce descriptif ainsi que le contenu du chantier.

Pour les frais de nourriture, je verse dès maintenant l'acompte de 25€ (vaut comme réservation, non remboursable) sur le compte IBAN : FR76 1470 7000 2102 1190 1550 761 avec mon nom et prénom comme descriptif de virement.

A mon arrivée sur le lieu, je réglerai le complément de 20€ en liquide.

Mon hébergement sera  ma petite tente  mon véhicule aménagé (précisez : \_\_\_\_\_ )

Je souhaite louer  une tente (5€/nuit)  le dodo en van aménagé (7€/nuit)  le dodo dans la carabane de fée (10€/nuit)

Total location hébergement = \_\_\_\_\_ € (à verser à votre arrivée)

Je déclare n'avoir aucun problème de santé (respiratoire, cardiaque) pouvant me mettre en difficulté durant ce chantier.

Le \_\_\_\_\_

à \_\_\_\_\_

Lu et approuvé

Signature

**Cindy JEANNON**

Auteur Photographe  
8 allée des coudraies  
55000 Bar-le-Duc

Siret : 519 921 225 00024

**PROTOCOLE D'ACCORD**

Autorisation d'utilisation de photographies

Nom :

Prénom :

Adresse :

Ville :

Pays :

Je soussigné.e \_\_\_\_\_ donne le droit à Cindy Jeannon d'utiliser les photographies (où je suis présent.e sur image) réalisées par Cindy Jeannon ou un des membres du chantier. Cindy Jeannon pourra utiliser ces images à son gré pour informer sur le lieu de vie, sur les modes de vie alternatif (livres, magazines, pages facebook, sites internet). Je m'engage à ne pas demander de contrepartie financière pour l'utilisation de ces images.

Ajoutez la mention « lu et approuvé »

Fait à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_

Signature

Documents à renvoyer scannés par mail : [photo@cindyjeannon.com](mailto:photo@cindyjeannon.com)