

association Langages

"Le monde a besoin de nous"

Programme 1^{er} semestre 2020

📞 06 71 11 52 98

Courrier info ou réservation 📧 4 avenue de toutes joies - 44000 NANTES

Courriel : langages.ouest@orange.fr

Plus de détails/actualité sur le Site : www.langages-ouest.org

Recevoir les Informations régulièrement

Vous venez de recevoir les informations de LANGAGES par courrier postal.

Nous vous proposons de les recevoir aussi par courriel/mail

en nous communiquant votre adresse mail à l'adresse ci-dessus, et

si vous le souhaitez, ne plus recevoir ce programme Papier ?

Depuis 2014 les réductions ne sont accordées qu'aux adhérent(e)s à jour de la cotisation. Différentes formules tiennent compte des situations particulières

- **15€ Pour 1 personne** (elle donne droit à la réduction **pour 1 personne** uniquement)

- **25€ pour un couple** (et donne droit à la réduction **pour 2 personnes**).

- **5€ pour les demandeurs d'emploi et étudiants de moins de 25 ans** qui pourront bénéficier d'une carte d'adhésion, avec un justificatif de moins de 3 mois.

L'adhésion est valable pour toute l'année en cours, de date à date.

Soirées interactives, Conférences

Les soirées **interactives** et les conférences, des moments privilégiés pour découvrir et approfondir un auteur, un thème, une expérience de vie, une méthode, ...

Elles commencent à **20h** à Nantes.

• Réservation

Vivement conseillée ! Pré-réservation par courriel et confirmation avec paiement par courrier postal (4 avenue de toutes joies 44000 NANTES). Il n'est pas nécessaire d'imprimer le prospectus, votre chèque, avec : au verso, indication de l'objet, la date ainsi que votre courriel ou téléphone, suffira.

Pensez à joindre une enveloppe timbrée avec votre adresse pour l'envoi en retour des billets.

Les réservations par téléphone ou par courriel doivent être confirmées par l'envoi du chèque ou virement.

• Participation

Le tarif des soirées interactives et conférences organisées par Langages est indiqué pour chacune d'entre elles, avec un tarif normal, de 12€ et un tarif réduit, pour les adhérents, à 6€. (voir ci-dessous la formule d'adhésion à 5€ pour les demandeurs d'emploi ou étudiants de moins de 25ans sur présentation du justificatif de moins de 3 mois.)

- **Lieux** : Elles ont lieu généralement à **NANTES** ou dans l'agglomération :
 - **La Maison des syndicats/Gare de l'Etat** : 27 bld prairie au Duc à **NANTES**
 - **LA Manu** : 10bis Bld de Stalingrad à **NANTES**
- **Thèmes & Auteurs**

jeudi 12 mars 2020 20h : Marie ROBERT "Descartes pour les jours de doute ou comment la philo nous aide dans les tumultes de la vie quotidienne ?

La Manu 10bis bld de Stalingrad à NANTES Tarif : 12€ (6€ adh)

Comment gérer un patron tyrannique ? Peut-on survivre à la honte ? Comment garder son calme devant des enfants surexcités ? Peut-on triompher de sa timidité ? Faut-il ralentir pour vivre à son rythme ?

Autant de situations qui peuvent nous déboussoler. Que faire pour éviter la crise de nerfs ou de larmes ?

Et si vous invitiez Platon, Spinoza, Descartes, et leurs amis pour évoquer toutes ces questions au quotidien, et nous aider à le surmonter.

Comment la philosophie, quand nous sommes ainsi plongés au cœur de nos émotions, à affronter nos doutes, peut elle nous aider à réagir avec humour et apprendre à les surmonter.

Marie ROBERT enseigne la philosophie et le français aussi bien à l'université qu'au lycée. Elle est également cofondatrice de 2 écoles Montessori, maternelle et primaire, à Marseille et Paris. Elle partage également ses chroniques à la radio.

vendredi 27 mars 2020 20h : Margaux & Bruno SAUDREAU

" La Synergologie "

a la maison des syndicats 27 bld prairie au Duc à Nantes Tarif : 12€ (6€ adh)

D'après vous, quelle est la plus belle qualité d'une relation entre deux êtres ?

L'authenticité ? La complicité ? La confiance ? Les trois bien-sûr !

Pour développer et approfondir des relations de belle qualité, la synergologie (étude du langage non-verbal) vous offrira un œil neuf sur le comportement humain et les relations. Venez découvrir ce que disent les mots, ce que les mots ne disent pas, ce que cachent les mots. Entrez dans une nouvelle dimension de la communication, une dimension qui valorisera votre confiance en soi et enrichira votre compréhension de l'autre.

Sur un mode ludique, Margaux et Bruno vous présentent les dernières découvertes de l'étude du langage non-verbal.

Cette conférence sera suivie le samedi 25 et dimanche 26 avril par un atelier de pratique et d'approfondissement de "la Synergologie "

jeudi 16 avril 2020 20h : Bernard GROOM

"Comment communiquer au-delà de nos besoins ?

La Manu 10bis bld de Stalingrad à NANTES Tarif : 12€ (6€ adh)

Les relations avec nos proches sont de formidables opportunités pour apprendre sur nos besoins.

Rien de tel qu'un refus d'un proche à une requête pour nous faire comprendre les limites de notre communication !

Le livre de philosophie spirituelle Un cours en miracles nous apprend des choses surprenantes par rapport à ces besoins qui compliquent tant nos relations. Ils ne sont pas nos véritables besoins ! Nos exigences ordinaires sont simplement le reflet de besoins plus profonds, venant de la partie de nous que nous pouvons appeler l'âme, le cœur ou l'esprit. Quand nous arrivons à identifier puis à satisfaire ces besoins profonds de l'intérieur, nous ressentons nos besoins ordinaires avec bien moins d'exigence. La communication avec nos proches devient automatiquement plus fluide et simple. Cette conférence présentera les trois véritables besoins que chacun cherche à satisfaire, leur origine et le moyen de les combler.

Mardi 12 mai 2020 à 20h : Marie Lise LABONTE

"L'enfant émotionnel en nous !"

Salle festive Nantes Nord 251 route de St Joseph à Nantes Tarif : 12€ (6€ adh)

Souvent l'expression d'un amour infantile dissimulé au fond de nous, l'enfant émotionnel est parfois la cause de réactions de défense, de protection ou de submergement émotionnel, sous la forme de « régression infantile », comme si, soudainement, l'adulte de 35, de 40 ou de 60 ans, s'exprimait comme un enfant de 6 ans.

Cet enfant émotionnel est là, en nous. Il nous lance des appels, des cris, qui s'expriment par des symptômes physiques, de l'instabilité émotionnelle et des comportements infantiles qui empoisonnent notre vie. Souvent, nous cherchons la solution à l'extérieur alors qu'elle repose tout simplement en nous, portée par notre enfant émotionnel. L'enfant intérieur blessé nous attend pour être reconnu, entendu et guéri de nos blessures de vie et d'affectivité.

Libérer ce dernier et lui redonner son élan, c'est la clé d'un retour à soi, pour une maîtrise totale émotionnelle et affective.

Psychothérapeute, auteure et formatrice en Europe et aux États-Unis, MARIE LISE LABONTÉ a élaboré une méthode qu'elle pratique depuis trente ans : la « Méthode de libération des cuirasses© ». Cette méthode s'inspire de son expérience d'autoguérison et de plusieurs années de recherches sur les cuirasses et sur la relation intime entre le corps et l'esprit. Depuis 30 ans, elle transmet des enseignements spirituels. Elle crée en 1995 l'école Anschma©, école internationale d'énergétique. Elle est amenée à partager sa vision du développement spirituel de l'être à travers des ouvrages, des séminaires, des formations et des voyages thématiques.

vendredi 5 juin 2020 à 20h : Sylvie TERRIEN :

"Des mots pour se révéler !"

a la maison des syndicats 27 bld prairie au Duc à Nantes Tarif : 12€ (6€ adh)

Savez-vous qui se cache derrière cette phrase : *Le don divin créa...* Rien de moins que l'anagramme de « Léonard de Vinci ». De la même manière, pour le commandant Cousteau, « *Tout commença dans l'eau* ». Si Albert Einstein mélangeait les lettres de son nom, il confirmerait que « *Rien n'est établi* »...

Lors de cette conférence, Sylvie Terrien vous présentera l'importance des mots et leur impact sur notre identité et nos actions.

Le premier mot porteur de sens est le nom que l'on porte. Avec le prénom, ils expriment une part de notre identité. Savez-vous qu'il est possible de trouver les sens cachés de son nom est possible grâce à la langue des oiseaux ?

Les mots que nous employons témoignent aussi de la façon dont nous percevons le monde et révèlent notre monde intérieur.

Avec des illustrations et des petits exercices, nous découvrirons comment les mots nous révèlent, comment nous pouvons les utiliser à bon escient pour mieux se connaître et activer notre pouvoir de création !

Sylvie TERRIEN est Thérapeute et formatrice, débute sa vie professionnelle comme orthophoniste. Elle enrichit ses connaissances en linguistique par une recherche personnelle qui donne aux mots une dimension émotionnelle et sensorielle.

Curieuse du langage des émotions, passionnée par les recherches scientifiques sur la conscience, elle crée en 2015 « Lettres à l'être, Des mots pour se révéler », des formations ludiques pour mener à la connaissance de soi par le jeu des mots.

Cette conférence sera suivie le 6 et 7 juin de 2 ateliers

le samedi 6 sur « des mots pour se révéler » et le dimanche 7 : « Parlez-moi d'amour ! »

Séminaires & Ateliers

Les séminaires : un temps pour approfondir et expérimenter un thème parfois abordé en conférence.

- **Réservation** : Obligatoire par courrier avec envoi du règlement total (qui ne sera débité qu'après le séminaire)

L'inscription sera confirmée par téléphone ou par courriel : langages.ouest@orange.fr.

samedi 26 et dimanche 27 avril 2020 de 9h30 à 17h30 Tarif : 180€ (170€ adh)

Margaux et Bruno SAUDREAU : "La Synergologie"

Salle Condorcet 2 avenue Condorcet à St Herblain

Atelier de pratique et d'approfondissement de **la Synergologie**

Nos « gestes » traduisent nos émotions, nos intentions, nos façons de penser. Ils expriment l'évolution de la relation que nous vivons avec « l'autre ».

La « synergologie » vous permettra d'appréhender le langage corporel, de décoder ce que vit l'autre, ce qu'il ne dit pas, ce qu'il ne sait parfois pas lui-même.

Si vous aimez la relation, que vous cherchez l'authenticité, la complicité, la confiance... venez apprendre, expérimenter, vous entraîner : cet atelier est fait pour vous.

Lors de cette journée, nous chercherons à :

- Comprendre : émotions, cognitions, relations, comportements... quel sont les champs de la synergologie.
- Observer : postures, gestes, regard, mouvements de têtes...
- Interpréter : quel « horizon de sens » donner à ce que j'observe.
- Utiliser : réagir, questionner, proposer.

samedi 6 et dimanche 7 juin 2020 de 9h30 à 17h30 Sylvie TERRIEN

le samedi 6 sur « des mots pour se révéler »
et le dimanche 7 : « Parlez-moi d'amour ! »

Tarif : 100€ (95€ adhérents)/ jour ou 180€ (170€ adh) pour les 2 jours

samedi 6 juin : **Des mots pour se Révéler !**

Que de facettes de soi dévoilées par le jeu d'une anagramme, d'un acrostiche et le langage des oiseaux...

Les mots ont aussi un pouvoir de création et transforment les émotions. Imaginez ce que serait votre vie en devenant « le tigre majestueux » ou en incarnant « la douceur de l'apaisement ». Pourquoi ne pas illuminer le cœur de sa personne par la proclamation d'un panégyrique tout personnel.

Lors de cette journée, nous vous proposons de jouer avec les mots pour aller à la découverte de son être et progresser dans sa quête d'identité.

dimanche 7 juin : Parlez-moi d'amour

"J'aime les framboises, j'aime faire du sport et j'aime mes enfants..."

Ne trouvez-vous pas que la langue est bien pauvre pour parler d'amour ?

Si notre langue n'a qu'un mot pour définir le sentiment amoureux, les grecs utilisaient des mots distincts que nous détaillerons lors de cet atelier.

L'amour de soi est un des piliers de l'estime, nous vous proposons aussi de restaurer l'amour de soi quand les mots ou les preuves d'amour ont fait défaut.

Vous découvrirez aussi quel est votre langage de l'amour. Chacun a sa façon d'exprimer ses sentiments, vous saurez reconnaître votre langage et comprendre celui de l'autre pour mieux communiquer et aimer !

Sylvie TERRIEN voir la Biographie sur le chapitre Conférences 5 juin

Mieux Communiquer ...

Le cycle "Mieux communiquer ..." (inspiré par la Communication NonViolente CNV de Marshall Rosenberg) permet de repérer ce qui, dans notre manière de penser et de communiquer, bloque ou facilite la communication et génère la violence, ou au contraire la désamorçage.

Par un processus centré sur l'identification des sentiments et des besoins de chacun, et la formulation de demandes claires, cet outil simple et puissant améliore notre relation à nous-même et à autrui.

- **Participation** : Se reporter aux fiches descriptives des séminaires.
- **Réservation** : Réservation obligatoire par courrier avec envoi du règlement total. Inutile d'imprimer le prospectus, votre chèque avec indication au verso de l'objet et les dates suffira (le chèque ne sera débité qu'après le séminaire).

L'inscription sera confirmée par courriel provenant de langages.ouest@orange.fr.

"La Pleine Présence à soi pour Mieux communiquer ..." en famille, ... à l'école, ... au bureau,

Introduction à l'intention : des parents, grands-parents, enseignants, éducateurs, cadres, collègues, ...

Ce cycle d'introduction se déroule sur 6 journées de 7h chacune.

La Pleine Présence à soi sera le fil rouge de ces modules. Nous nous entraînerons à laisser venir les « réponses » de notre intérieur par la présence à soi, sans les « chercher » dans notre tête. Et ainsi acquérir petit à petit une autonomie de fonctionnement, une confiance en soi et dans la Vie.

Le module 1 du cycle permet de découvrir le processus de base en 4 points et l'expérimenter sur soi, développer l'auto-empathie et les outils de base de la connexion à soi, la confiance en soi et gérer son stress.

Le module 2 poursuit l'utilisation de ce processus en expérimentant l'empathie vers l'autre, tout en restant connecté à soi. Aller ainsi vers l'ouverture du dialogue.

Le module 3 permet d'approfondir l'ouverture et les défis du dialogue, dire NON, entendre le NON de l'autre, gérer sa colère...

Au delà de la compréhension, ces séminaires visent une intégration sensible à partir d'expériences et du vécu. La conscience de ce qui se passe en nous à chaque instant sera la constante pour ces 6 journées

L'accueil des mécanismes fondamentaux de la communication est au cœur de cette pratique : dimension de notre attention, rythme des échanges, ouverture aux messages corporels, etc ...

Des dates seront (éventuellement) envisagées si le stage de même niveau est trop rempli !

	Module 1	Module 2	Module 3
En semaine	26-27/02/2020, 7-8/10/2020	29-30/04/2020 4-5/11/2020	3-4/06/2020 2-3/12/2020
Lieu : Chemin des petites Bauches à Bouguenais en semaine			
En week-end	28-29/03/2020 24-25/10/2020	9-10/05/2020 21-22/11/2020	13-14/06/2020 5-6/12/2020

Lieu : à préciser, soit

- **salle Condorcet 2 avenue Condorcet (Quartier Tillay) St Herblain**

- **CSC Soleil levant 38 rue Blanche à St Herblain**

Horaires Accueil dès 9h15 début à 9h30 jusqu'à 17h30.

Tarifs (non adhérent(e)s/adhérent(e)s)

220€/165€ pour chaque cycle de 2 jours 420€/320€ pour un cycle de 4 jours

640€/450€ pour le cycle de 6 jours

Dans le cadre de la **formation continue**, nous consulter pour recevoir une convention de formation et les modalités pratiques. Les tarifs sont alors de 1 200 €.

GNV "Mieux communiquer ..." Perfectionnements

pas de perfectionnement prévu ce semestre

Ateliers de pratique

Ces ateliers prolongent la pratique mise en place pendant les séminaires à partir des situations vécues par les participants...

Ils sont animés depuis 10 ans par les animateurs locaux.

Ils sont ouverts à toute personne ayant fait au moins l'équivalent de 2 journées de formation, sans obligation de réservation.

- **Quand** : les 2^{ème} samedi du mois de 9h30 à 12h et le 4^{ème} mercredi de 20h à 22h30
- **Participation** : Libre, (2€ suggérés)

- **Lieux**

Samedi : Salle Condorcet 2 avenue Condorcet (quartier du Tillay) St HERBLAIN
ou CS soleil Levant 38 rue Blanche St HERBLAIN

Mercredi soir : 115 av de la Ferrière à Orvault (Consulter Simon 06 70 57 36 27)

- **Agenda**

Samedi 8 février 2020

Samedi 14 mars 2020

Samedi 4 avril 2020

Samedi 2 mai 2020

Samedi 13 juin 2020

Mercredi 19 février 2020

Mercredi 18 mars 2020

Mercredi 15 avril 2020

Mercredi 13 mai 2020

Mercredi 17 juin 2020

Perle de Pardon

Nous vous proposons une soirée pour partager ensemble

Un cercle de Pardon. De 19h30 à 23h

jeudi 23 janvier/ jeudi 5 mars/ jeudi 9 avril (à préciser)/ jeudi 14 mai
jeudi 4 juin (à préciser) ou vendredi 19 juin

Ces soirées seront animées par des membres de Langages.

Participation : Gratuite pour les adhérents 3€ pour les non-adhérents

Lieu : CSC Soleil levant 38 rue de la Blanche à St Herblain (voir Plan sur le site)

Le nombre de participants sera limité à 25 Ainsi l'inscription préalable est obligatoire.

Nous vous confirmerons que votre place est bien retenue et proposerons des covoiturages.

Les participants qui se présenteraient sans avoir réservé pourraient ne pas avoir de place.

Les participants qui n'auraient pas de place pour une séance, seront, à leur demande, prioritaires pour la session suivante.

Après-midi des Jeux

Jeu du TAO ou Jeu des Accords Toltèques

Jeu du TAO : Vous avez une quête, un projet individuel ou collectif, un conflit à résoudre . . . Le but du Jeu est d'apporter un éclairage à un questionnement personnel. C'est aussi l'occasion d'une rencontre conviviale dans l'échange et la simplicité. Les synchronicités qui se présentent invitent à des prises de conscience. Les

participants apportent leur expérience, leur intuition, pour l'accomplissement de la quête de chacun.

Pratique des Accords Toltèques : Les 5 Accords Toltèques sont en mesure de transformer votre vie en remplaçant les milliers d'accords restrictifs que vous avez conclus avec vous-même, avec autrui et avec la vie elle-même.

La pratique se déroule en 3 étapes :

1- L'ATTENTION : Dans une situation particulière, vous prenez conscience des conditionnements assimilés depuis des années.

2- LA TRANSFORMATION : En vous appuyant sur la sagesse des 5 Accords.

3- L'INTENTION : Vous cheminez vers la maîtrise de votre vie.

- **Quand** : 1 fois par mois généralement le second samedi du mois

Pratique des Accords Toltèques

de 14h15 à 18h

Samedi 7 mars 2020 (à préciser)

Samedi 2 mai 2020 (Condorcet)

Jeu du TAO

de 14h15 à 19h

Samedi 4 avril 2020 (CSC Sol)

Samedi 13 juin 2020 (à préciser)

Les animateurs, bénévoles, ont été formés par

Patrice Levallois, créateur du *Jeu du TAO*

ou **Olivier Clerc**, Créateur du *jeu des Accords Toltèques*.

- **Participation** : 10€/5€ pour les adhérent(e)s

- **Lieux** : Les jeux ont lieu habituellement :

Salle Condorcet 2 avenue Condorcet (quartier du Tillay) St HERBLAIN

Ou CSC Soleil levant 38 rue Blanche St HERBLAIN

- **Réservation** : Inscription obligatoire, au plus tard 3 jours avant la partie, par Courriel à langages.ouest@orange.fr ou par téléphone, dans la limite des places disponibles.

L'inscription est confirmée par téléphone ou courriel.

Organisation sur demande "chez vous" : A la demande, chez des particuliers par groupe de 3 à 5 personnes. (Participation 15€/personne + déplacement éventuel).

A l'affiche

Projection de DVD de conférences ou de films... Gratuit

Dates et lieu à préciser sur le site de LANGAGES 19h30

Formulaire d'adhésion et/ou d'inscription

Adhésion 2020 (de date à date) : 15€ ou 25€ pour un couple

(5€ pour les demandeurs d'emplois ou Etudiants avec justificatif de moins de 3 mois)

Prénom/Nom :

Téléphone :

Adresse/Ville :

Courriel/Mail :

J'adhère à l'association pour la 2020, (valable 1 an, de date à date).

15€ pour 1 personne (1 réservation/manif.) 25€ pour un couple, (2 réservations/manif.)

5€ pour les demandeurs d'emploi, étudiants < 25 ans. (sur présentation d'un justificatif de moins de 3 mois)

Je m'inscris au(x) conférence(s) ou séminaire(s) suivant(s) (titre et dates).

et j'envoie le(s) chèque(s) correspondant(s) ... (1 chèque par activité).avec une enveloppe timbrée à mon adresse pour recevoir les billets des conférences.

Avec au verso : la date et l'objet de la manifestation, votre adresse courriel, et téléphone.