



STAGES D'ÉTÉ

Corps – Art – Esprit

2023





La Cour Pétral

Un lieu de l'âme

Ancienne abbaye trappistine, la Cour Pétral est nichée dans quatre hectares de verdure et de parcs aux arbres centenaires qui offrent un cadre privilégié de calme et de tranquillité. Le cloître et son église entourés de bâtiments de caractère qui accueillent les stages, créent une atmosphère propice au ressourcement. Aux beaux jours les espaces verts permettent des pratiques en pleine nature dans un écrin de nature.



STAGES D'ÉTÉ 2023

Relier corps, âme et esprit

Dans un monde où tout est morcelé et où l'on a perdu le contact avec l'essentiel, se reconnecter à soi-même, aux autres et à la nature est le but des stages « Corps Art Esprit ».

Vivre à l'unisson des rythmes du corps et des énergies de la nature, s'émerveiller par le regard, la voix, la pensée.

Nos stages n'ont pas seulement pour but de vous faire découvrir des pratiques mais aussi comment, avec un esprit philosophique, elles peuvent enrichir votre identité et votre vie intérieure.

La passion et le savoir-faire de nos intervenants vous entraîneront hors du temps pour retrouver l'harmonie en vous et autour de vous :

- Stage de Qi-Qong «Bien-être et santé», avec Mario Schwarz
- Stage d'Astrologie et connaissance de soi, avec Gérard Gante et Laura Winckler
- Stage Contes : Entre philosophie et mythologie, avec Laura Winckler et Louissette Badie
- Stage de Mosaique ornementale, avec Caroline Salagnac
- Stage d'Aquarelle : carnet de voyage, avec Fanny Mesnil
- Stage de Chant libre avec Sandrine Labory-Blanchet

Nous vous souhaitons de très beaux stages !

L'équipe Nouvelle Acropole France



STAGE DE QI-QONG «BIEN-ÊTRE ET SANTÉ»

Le Qi Gong Thérapeutique selon votre élément chinois
Avec Mario Schwarz - traduction de l'espagnol par Fernand Schwarz

Le Qi Gong est une médecine énergétique douce issue de la tradition millénaire chinoise.

Voici le programme du stage « Bien-être et santé » :

- Outils thérapeutiques en médecine chinoise
- Histoire du Qi Gong.
- Qi gong, une gymnastique pour les organes.
- Les trois trésors, l'alchimie intérieure.
- Les terrains constitutionnels mental, physique et astrologique.
- Quels sont mes éléments en médecine chinoise ?
- Comment équilibrer mes terrains de prédisposition avec des exercices de Qi Gong.
- Techniques respiratoires de Qi Gong pour équilibrer l'état d'âme.
- Les points énergétiques du Qi Gong et sa capacité de transformation.
- Fa Gong, l'art de capter et d'émettre du Qi pour soigner les organes.
- Exercices pratiques pour chaque élément.

Matériel : prévoir une tenue unie de préférence, des chaussons de pratique, un coussin et un tapis de sol.

Maximum 25 personnes



Mario Schwarz

Acupuncteur, naturopathe, enseignant de Qi Gong et Tai Chi Chuan. Actuellement directeur du Medical Qi Gong Institute Canada. Directeur du Cours de Plantes Médicinales et de Phytothérapie appliquée avec l'Université de Buenos Aires. Auteur de « Médecine traditionnelle chinoise », « Tai Chi Chuan transformation et changement pour le bien-être. »



ASTROLOGIE ET CONNAISSANCE DE SOI

avec *Gérard Gante et Laura Winckler*

L'astrologie est un langage symbolique qui renoue la conscience des liens qui nous unissent à la vie de l'univers. Elle permet par une meilleure connaissance de nous-mêmes et une meilleure observation des lois et des rythmes célestes de vivre en harmonie et de retrouver du sens à chacun de nos actes.

A travers ce cycle d'introduction nous découvrirons ses fondements et nous ferons une première application pratique à partir des thèmes astrologiques des participants.

Le programme du stage :

1. Introduction : L'Astrologie et la quête de notre ciel intérieur
2. Le Zodiaque, de la roue de la Vie à la caractérologie
3. Les Planètes, acteurs célestes
4. Les Aspects Astrologiques, relations entre les planètes
5. Les Maisons Astrologiques et les expériences de la vie
6. Synthèse

A partir des thèmes des participants, on déterminera synthétiquement les dominantes zodiacales, planétaires et les domaines d'action les plus importants pour sa réalisation personnelle.

Maximum 20 personnes / minimum 6 personnes

Nota : à votre inscription, merci de nous transmettre vos coordonnées de naissance afin d'établir votre thème astral (jour, heure précise, mois, année, ville, département, pays).



Gérard Gante

Attaché à l'ambassade de France en Inde pendant 4 ans; il en profite pour s'initier à l'astrologie. De retour à Paris en 1982, il suit les cours d'astrologie dispensés par Laura Winckler. Auteur du livre d'astrologie mondiale «La mutation des civilisations» (éd. Bussière, 2007).

Laura Winckler

Philosophe, écrivain et conférencière. Licenciée en lettres classiques et philosophie, elle s'est spécialisée dans la pratique de l'astrologie humaniste et l'étude de la pensée symbolique de Jung. Auteur de « l'astrologie et les clés de la connaissance de soi » (éd. NADP) et « l'Ere du Verseau, défis pour les temps à venir » (éd. Les 3 monts).



STAGE CONTES : ENTRE PHILOSOPHIE ET MYTHOLOGIE, DÉVELOPPER SON IMAGINAIRE

avec Laura Winckler et Louisetette Badie

« Le mythe a été sauvé de l'oubli et ne s'est point perdu. Il peut, si nous y ajoutons foi, nous sauver nous-mêmes. » (Platon, La République, Livre X)

Dans ce stage, nous vous proposons de partir à la rencontre des sages cachées dans les mythes platoniciens (tels que les mythes de la Caverne, d'Er le Pamphylien, de l'Atlantide, de l'Androgyne). Et, également, à travers les chefs d'œuvre de Walt Disney et les grands contes traditionnels, nous découvrirons une initiation aux grandes questions de la philosophie. Par exemple, Le roi Lion nous invite sur le thème de la liberté ; le livre de la jungle interroge la quête du bonheur... Il y aura alternance entre les exposés des animateurs et des ateliers pratiques d'interprétation en charge des stagiaires. Et ce, dans un esprit ludique et participatif. Pour clore en beauté, les stagiaires pourront mettre en pratique l'art du conte le temps d'une soirée d'animation du stage collectif.

Documentation : Une documentation sera remise aux stagiaires. Vous pouvez amener des contes que vous aimeriez partager.
Maximum 12 personnes / minimum 6 personnes



Laura Winckler

Philosophe, écrivain et conférencière. Licenciée en lettres classiques et philosophie, elle s'est spécialisée dans la pratique de l'astrologie humaniste et l'étude de la pensée symbolique de Jung.



Louisetette Badie

Elle a pratiqué le conte auprès d'enfants et d'adultes dans le cadre de suivis éducatifs et a animé des ateliers sur la symbolique des contes et sur l'art de conter auprès d'étudiants en éducation spécialisée.



STAGE DE MOSAÏQUE ORNEMENTALE

avec Caroline Salagnac « Meilleur ouvrier de France » en mosaïque d'art

Dans la tradition architecturale de « l'art total », dans laquelle les différents corps de métiers d'art (mosaïque, vitrail, taille de pierre, menuiserie, broderie textile...), convergent dans un projet décoratif, - nous allons réaliser durant ce stage, une partie de la décoration d'ensemble de la salle dite « Salle de la Mémoire » à la Cour Pétral.

L'objet sera de produire en mosaïque, dans un décor de fleurs de papyrus et de lys, le pourtour des caches radiateurs, de manière à magnifier ces parties. Nous apprendrons la technique dite indirecte en mosaïque, qui consiste à travailler sur un filet de prédisposition des éléments avant la pose. Les matériaux travaillés seront un mélange de smalles de Venise et de marbres de différentes provenances. Des cours d'histoire de l'art et d'esthétique seront donnés le soir en partage avec les autres stages.

Maximum 6 personnes

*** Au vu de la spécificité de l'œuvre à accomplir durant ce stage, un entretien au préalable avec la formatrice est nécessaire. Ses coordonnées : 06 74 62 35 89. ***



Caroline Salagnac
Professeure agrégée en
métiers d'arts à l'Ecole Boulle.
Mosaïste d'art, artiste peintre
et graphiste. Conférencière en
histoire de l'art.
Meilleur Ouvrier de France en
Mosaïque d'Art en 2019.



STAGE DE CHANT LIBRE

avec Sandrine Labory-Blanchet

Chanter nous met en relation d'une manière si particulière avec nous-mêmes, et avec l'autre, avec intimité et intensité, dans la plus totale authenticité.

Ces 3 jours et demi de stage sont une opportunité de découvrir le chant libre, nourrissant et joueur, accessible à tous.

Voici les outils pour découvrir sa voix :

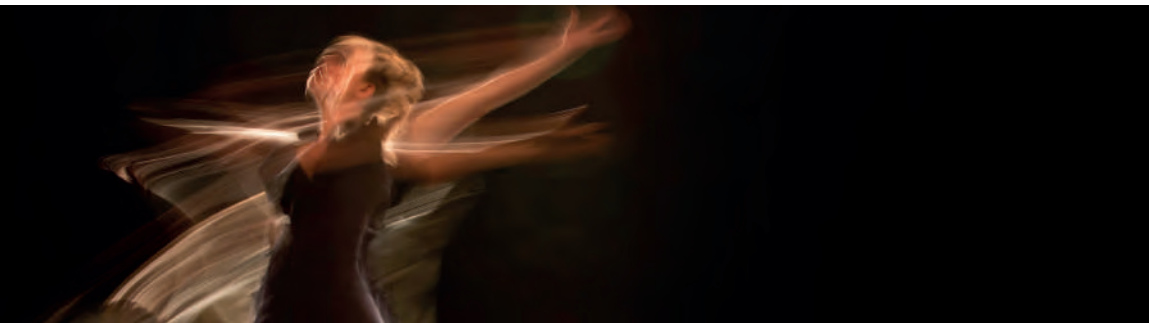
- le mouvement, l'écoute corporelle sensitive,
- les exercices respiratoires et vocaux issus des civilisations ancestrales,
- la chanson et les mots, porteurs de sens, de mémoires et de sentiments,
- la méditation et les voyages sonores, les chants sacrés,
- le chant spontané et les circle songs.

Matériel : tapis de sol, coussin (zafu), couverture légère, bouteilles d'eau, une chanson dans sa langue maternelle.

Maximum 12 personnes / minimum 8 personnes



Sandrine Labory-Blanchet
*Chanteuse, comédienne,
auteur-compositeur, diplômée du Conservatoire de
Bordeaux, de l'Université de
Tours, de l'école de musico-
thérapie de Franck Nabet.
Site internet : <https://www.sandrine-labory.com>*



STAGE AQUARELLE : CARNET DE VOYAGE

avec Fanny Mesnil

Depuis toujours, l'être humain rêve de partir à la découverte du monde, pour s'émerveiller devant la beauté d'un paysage, d'un terroir, d'un littoral, en contact avec le symbole d'un bastion, d'une forêt, d'un monument historique.

Durant ce stage, j'aborderai avec vous la méthode dite « du carnet de voyage » qui invite l'artiste à voir l'essentiel, à pratiquer le dessin et la peinture avec simplicité et contraste, à représenter la réalité tout en offrant sa vision et sa perception.

Ouvert à tous, confirmés et débutants. Vous repartirez avec quelques techniques qui vous serviront pour continuer à progresser chez vous !

Matériel : Tout le matériel (crayon, papier, pinceaux, aquarelle) sera fourni sur place. Vous pouvez également venir avec votre propre matériel.

Sorties prévues (selon la météo) : dans la nature et dans la ville de Chartres

Maximum 12 personnes / minimum 6 personnes



Fanny Mesnil

Diplômée des Beaux-Arts de Rouen, Fanny Mesnil enseigne le dessin et la peinture depuis 30 ans pour tout public.

*Artiste aquarelliste et illustratrice, elle puise son inspiration dans la Nature et sa Magie**

Site internet : <http://www.fanny-aquarelles.net/>



Hébergement

Confort et simplicité

Vous serez hébergés en chambre dortoir dans les anciens bâtiments rénovés avec sanitaires collectifs. Les lits et matelas sont confortables pour un séjour agréable en toute simplicité.

Pour un plus grand confort, des chambres d'hôtes sont prêtes à vous accueillir, à vos frais, dans la région.

Liste d'hébergement dans la région (non exhaustive) :

- **Hôtel Le Saumon**, adresse : 89 Place de la Madeleine, 27130 Verneuil sur Avre. Chambre standard entre 50€ et 68€. Contact: reservation@hoteldusaumon.fr
- **Motel Saint Martin**, adresse : RN12, 27130 Verneuil sur Avre. Chambres insonorisées et climatisée entre 49€ et 59€. Contact: grillstmartin@aol.com
- **Gîte Aux lapins bleus**, adresse : 16 Rue de Laborde, 28340 La Ferté-Vidame. Gîte avec 4 chambres à 45€

Contact : <https://www.parc-naturel-perche.fr/ou-dormir-0/chambres-d-hotes/aux-lapins-bleus-2554619>

• **Camping les Abrias**, adresse : 291 A Rte de la Lande, 28340 La Ferté-Vidame. Possède des mobil homes, des chalets, des roulottes. Contact : info@campingperchenormandie.fr

Repas

Cuisine fraîcheur équilibrée

Pour les repas, notre salle « les 3 sangliers » vous accueille. Par beau temps, vous pourrez prendre vos repas à l'extérieur. Préparée sur place par nos équipes de bénévoles, la cuisine de la Cour Pétral est saine et équilibrée. Les produits sont frais, locaux et de saison. Dans un esprit de convivialité et d'échange tous les repas sont pris en commun. La Cour Pétral reposant sur un fonctionnement associatif, une participation à la logistique pour l'organisation des repas vous sera demandée.



Activités et lieux de détente

De nombreuses activités vous sont proposées autour des stages au gré de vos envies.

- Lire un bon livre dans la bibliothèque Sechat
- Découvrir les jardins de la Cour Pétral
- Donner un coup de main à la permaculture
- Prendre une pause dans la cour de la cloche
- Dénicher des trésors au stand Mozaïka
- Regarder les étoiles !



BULLETIN D'INSCRIPTION

Aussi disponible sur : courpetral.nouvelle-acropole.fr

Renseignements : contact@nouvelle-acropole.fr

JE M'INSCRIS AU STAGE DE :

.....

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

CP : Ville :

Tél :

Mail :

Je note que mes données seront utilisées uniquement pour l'envoi d'informations utiles à la gestion de mon inscription. La politique de confidentialité de l'association est consultable sur www.nouvelle-acropole.fr.

Association Nouvelle Acropole locale par laquelle vous vous inscrivez :

.....

TARIF

Tarifs : 355 euros (normal) - 280 euros réduit (membre de NA, étudiants, demandeurs d'emploi)
200 euros (abonnés, compter +3.5 jours d'abonnement).

1. J'arrive :

☐ Vendredi 7 juillet au soir àh

☐ Samedi 8 juillet avant 9h

☐ Je souhaite prendre le dîner du vendredi 7 juillet à 20h (non inclus dans le prix du stage) : 16€

2. Mon moyen de transport :

- ☐ en train
- ☐ en voiture

Je souhaite une navette à la gare SNCF de Verneuil (5€ par trajet)

- ☐ Pour l'aller : heure d'arrivée du train :
- ☐ Pour le retour : heure de départ du train :

3. Hébergement :

- ☐ Je me charge de mon hébergement.
- ☐ Je souhaite être logé(e) à la Cour Pétral en chambre dortoir (gratuit)

4. Lingerie - Je réserve :

- ☐ 1 parure pour le lit : 7,50€
- ☐ 1 serviette de toilette : 1,50€

5. Repas - Je signale mon régime spécial : ☐ végétarien ☐ vegan ☐ sans gluten

MONTANT TOTAL DE L'INSCRIPTION

(stage + suppléments 1 - 2 - 3 - 4 - 5) : €

- ☐ Je règle la totalité, soit €
- ☐ Je règle 100 € d'acompte* €

(*le solde devant être réglé avant le 22 Juin 2023). Règlement en ligne ou chèque à l'ordre de FDNA.

Moyens de paiements :

- ☐ Chèque
- ☐ Virement bancaire à la FDNA - IBAN :FR76 1440 6001 2103 2549 6800 001 - Code BIC : AGRIFRPP844
- ☐ Inscription en ligne sur HelloAsso

Le bulletin d'inscription et le règlement sont à retourner par email sur cour.petal@wanadoo.fr ou par courrier à : Association FDNA - La Cour Pétral - D 941 - 28340 Boissy-lès-Perche

Fait à
Le :

Signature

Informations pratiques

Programme

• Le stage se déroulera sur 3 jours et demi, du samedi 8 juillet 9h au mardi 11 juillet 14h.

Possibilité d'arriver sur site le vendredi 7 juillet au soir.

• Chaque jours, les stages se déroulent de 9h à 12h30 et de 15h30 à 19h, sauf le mardi : uniquement de 9h à 12h30.

• Des pratiques énergétiques sont proposées avant le petit déjeuner et des conférences, initiations découverte ou animations sont proposées en soirée.

• Les repas sont servis à 13h et à 20h.

• Sauf indication contraire les stages se tiendront avec un minimum de 5 inscrits.

Inscriptions

Les inscriptions doivent être confirmées par un acompte de 100€ payable par virement bancaire ou par chèque par voie postale avant le 15 mai 2023. Le versement du solde sera au plus tard le 4 juin 2023.

En cas d'annulation plus de 15 jours avant le début du stage, 50% de l'acompte versé sera retenu. En cas d'annulation moins de 15 jours avant le début du stage, 100% de l'acompte versé sera retenu.

Nota bene : Le prix est forfaitaire et aucune déduction ne peut être appliquée (en cas de repas non pris par exemple). Aucun remboursement ne sera effectué en cas d'interruption de séjour.

Pratique

• Logement en chambre dortoir en lit de 100 cm. Oreillers et couvertures sont fournis (Draps et linge de toilette possibles avec supplément).

• Pour un plus grand confort, des chambres d'hôtes sont prêtes à vous accueillir, à vos frais, dans la région.

• Votre séjour à la Cour Pétral comprend tous les repas et pauses (hors vin et pauses solides) sur la durée totale de votre stage.

• Cuisine végétarienne ou vegan : merci de nous faire connaître vos besoins à l'avance.

• Pour les stages, nous assurons une navette de la gare de Verneuil à la Cour Pétral, sur simple demande à l'inscription (5 € par trajet).

Tarifs

- Tarif normal : 355 €
- Tarif réduit : 280 € (étudiant, adhérent NA à 50€, membre NA)
- Tarif abonné : 200 € (plus 3,5 jours d'abonnement)
- Le prix inclut :
 - la prestation du stage choisi
 - la pension complète (petits-déjeuners, déjeuners, dîners)
 - l'hébergement en chambre dortoir

Comment venir

- De Paris en train : 1h30

Départ Gare Vaugirard / Montparnasse, destination :
Verneuil-sur-Avre

- De Paris en voiture (130 km)

Via Dreux (RN12) - Verneuil-sur-Avre

Latitude : 48.6672 - longitude : 0.9196349999999711

Un parking est à disposition à l'intérieur du domaine.

La Cour Pétral - D 941
28340 Boissy-lès-Perche
Tél : 06 64 68 00 75

<https://courpetral.nouvelle-acropole.fr/>
contact@nouvelle-acropole.fr