

Vivre c'est Mòòòrtel !!!



Conférence gesticulée

de Valérie Garcia, éco-sophro-collapso-couteau suisse-logue

Une invitation au voyage, autour du thème de la mort. La nôtre, celle d'autres êtres humains, et du vivant au sens large... L'occasion de nous questionner plus largement sur notre rapport à la perte, celle de nos habitudes, de notre confort, au regard de l'état actuel du monde et de notre société. Un voyage vivant pour un sujet éternel et tellement d'actualité.

Avec sensibilité, humour, mais sans détour, Valérie nous parle d'émotions, de deuil, de dissonance cognitive, de zone de confort, de sens, d'acceptation sans résignation, de responsabilisation, d'élan, de lien au Vivant, de mise en mouvement...

A quoi tenons-nous ? Que sommes-nous prêts à lâcher ? Où et comment pouvons-nous agir ?
Serez-vous inspirés ?...

Qu'est-ce qu'une conférence gesticulée

Une conférence gesticulée est la rencontre de savoirs théoriques rendus accessibles à tous, d'expériences vécues, d'observations, d'anecdotes, de réflexions, d'émotions, d'humour, même sur des sujets sérieux. Les interactions avec le public permettent de créer un réel rapprochement avec le gesticulant.

La gesticulante

Sensible à l'humain et à l'ensemble du vivant depuis toujours, Valérie est active sur ce sujet, tant à titre individuel que collectif. C'est en 2017, alors qu'elle est **sophrologue**, qu'elle s'intéresse à l'**effondrement** de notre société thermo-industrielle. En 2018, elle sillonne 2500km en France à vélo, avec son compagnon, afin d'**animer** plusieurs dizaines de **soirées publiques** sur le sujet. Suite à cette humble étude de terrain, ils décident d'**écrire un livre**, « Voyages en effondrement », publié en 2020. En parallèle, elle **crée et anime des stages** accompagnant vers la **résilience** active, à la fois émotionnelle, matérielle, individuelle et collective ; des **groupes de paroles** et **ateliers** autour de l'**éco-anxiété** ; des **groupes locaux d'entraide et d'action**.



Public

Adultes et adolescents.

Durée

1h30 à 1h45

Un temps d'échanges avec le public est possible en fin de conférence

Animations complémentaires optionnelles

- Café Mortel (Café philo sur le thème de la mort) – 1h à 1h30 – 8 participants max
- Atelier de pratique autour des émotions – 1h30 à 2h – 20 participants max
- Stage « Vivre dans un monde en mutation » – de 1 à 3 jours, à ajuster ensemble – 12 participants max – programme sur demande ou sur www.latelier-sophro.fr

Lieux, espace, matériel fourni par vos soins

2 supports pour affichage type « paperboard » (ou espace mural) + chaise haute ou tabouret de bar + table
En intérieur, ou espace extérieur calme et clos.

Tiers-lieu, Café, Festival, Etablissement d'enseignement secondaire ou supérieur, Comité d'entreprise...

Tarif

Base :

- défraiement des frais de transport
- miam et dodo chez l'habitant

Rémunération :

Prix libre et conscient, en fonction des habitudes et possibilités de la structure accueillante.

Le montant du cachet peut être établi par contrat en amont, ou en fonction des entrées si prix libre pour le public, ou chapeau en fin de conférence.

Contact

Valérie GARCIA – plume@greli.net – 06 30 22 52 91 – N°SIRET 489 493 387 00083

Vivre c'est môôôrtel !!!

Contact : plume@greli.net ou 06 30 22 52 91