

Retour en image de notre dernière rencontre 6 - 7 février 2026

Retrouve toutes les infos sur le site
[Détails des rencontres passées... et à venir](#)

Soirée du vendredi 6 février 2026

Le rituel
« S'ouvrir à son intuition »
co-créé par Alix & Sébastien
7 participants



Le samedi 7 février 2026

Étaient présents :
Lionel, Jean Marc, Cécile, Bernadette, Laurence, Sébastien, Alix, Céline
de Ventabren et Olivier

Temps d'échanges et de réflexions

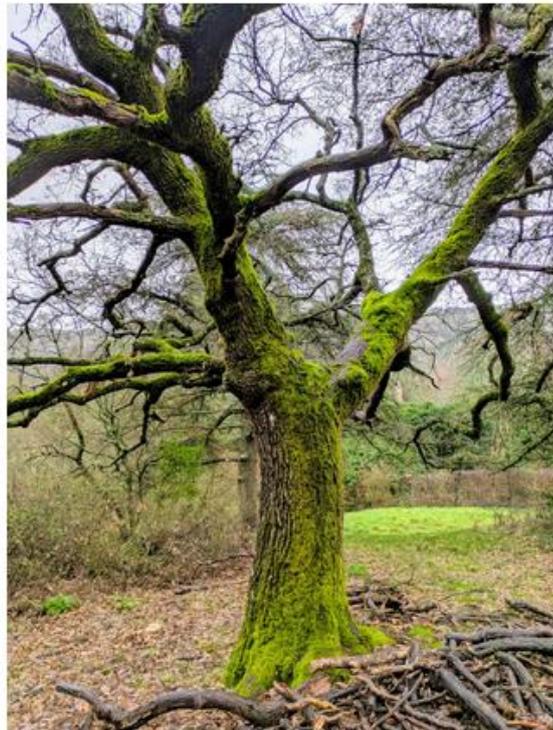
Se présenter sous : Quel est votre rapport au toucher (physique) ?
En résumé, nous considérons le toucher comme un sens primordial et une source potentielle de joie et de plaisir, mais nous soulignons unanimement l'importance cruciale du consentement et du respect de l'espace personnel de chacun. Le toucher est perçu comme un lieu de vulnérabilité, où les expériences passées (carences affectives, éducation, traumatismes) et le contexte (relationnel, culturel) influencent fortement la manière dont il est donné et reçu. Des pratiques comme la biodanza et le tantra ont été citées comme des révélations pour beaucoup, permettant de renouer avec son corps et de découvrir une nouvelle dimension du toucher consenti et bienveillant.

- organisation du weekend du 24-25 avril (suite)
- révision de la charte (suite)
- questions diverses : liste des anniversaires, chatgpt hors mode entrainement, programmation des intervenants de la prochaine rencontre



Au programme de l'après-midi :

- "Une bonne marche dans la forêt humide nous a fait le plus grand bien. Les godasses mouillées, mais les cœurs légers." Après avoir rendu visite aux grands arbres, nous nous sommes laissés aller à nous "perdre" hors des sentiers. La nature est toujours aussi ressourçante.



- Atelier sur la communication non verbale animé par Lionel : nous trouvons des outils qui vont nous aider à faciliter la communication en réunion, permettre la fluidité, agir en silence, de façon douce, efficace... et ludique.
- Puis nous avons clôturé la rencontre par un temps de pépite/caillou

