

TARIF PREFERENTIEL

JUSQU'AU 10 JUILLET

UNIVERSITE D'ETE IFGAP 2015

Les ressources de la

Gestalt

25 juillet au 22 août 2015



Coaching - Thérapie - Art Thérapie

Expression artistique - Pratiques de bien être

[Certification internationale Unesco & IFGAP]

*Un week-end, 4 semaines « à la carte », de stages, de formation
et de ressourcement*

dans un cadre de nature et d'air pur à La Faurie



Tél : 06 10 28 44 73 – 09 54 33 88 62 www.ifgap.net

IFGAP UNIVERSITE D'ETE 2015 - PROGRAMME - www.ifgap.net

Programme à la carte
Au choix : Un week-end – 1 à 4 semaines de stage

25-26 Juillet 2015
Journées d'études
La méditation - la voix et
le rire

27-30 Juillet 2015
Semaine 1
La créativité et le
corps en fête
(8 ateliers au choix)

2-7 Août 2015
Semaine 2
Gestalt - Expression
artistique & Art
thérapie

9-14 Août 2015
Semaine 3
Gestalt thérapie &
Coaching

16 au 21 Août 2015
Semaine 4
Coaching de bien-être
& de santé

4 semaines intensives = 1^{er} cycle de formation

En Gestalt – Coaching

Art thérapie & expression artistique

Pratiques de bien être & de Santé

UNIVERSITE DES 4 SAISONS – LE MOT DU PRESIDENT

Mettre le corps et l'esprit en vacances est vital, surtout en cette époque où les sources de stress se multiplient sur notre planète bleue ! Certains d'entre nous préfèrent se ressourcer et se déconnecter du quotidien, en apprenant des choses nouvelles, ceci, tout en se faisant du bien. C'est ce que nous offre l'université d'été de l'IFGAP. Je constate avec plaisir que la renommée de l'Université des 4 saisons® a commencé à déborder les frontières ! Celle de l'été 2015 débutera par un weekend consacré aux ressources de la méditation, de la voix et du rire. Un moment de pratique et de rencontres dans la joie et la convivialité.

- Vous voulez apprendre pour votre plaisir ou améliorer une méthode dans les domaines du mieux-être, de la santé, de la créativité.
- Vous souhaitez devenir professionnel dans une pratique de :
Coaching, thérapie, art thérapie, expression artistique, bien être et santé.
- Vous êtes déjà professionnel et vous souhaitez élargir, enrichir vos compétences.

L'université de l'IFGAP est clairement pour vous.

Dans un climat de détente, par une pédagogie vivante, dans une dynamique d'équilibre corps-esprit, vous bénéficiez d'un environnement de nature et d'air pur, vous évoluez à votre rythme dans le plaisir d'apprendre, de vous ressourcer et d'échanger. Vous êtes assurés d'un enseignement unique et d'excellence. Tous ceux qui y goûtent y reviennent. De plus, vous bénéficiez d'un tarif préférentiel en vous inscrivant à l'avance.

Vous bénéficiez de deux formules, au choix :

- 1- **A la carte** : vous vous inscrivez à une ou deux journées d'études, à un ou plusieurs séminaires de votre choix, ceci, en fonction de votre intérêt et de votre disponibilité.
- 2- **L'intensive sur 4 semaines** complètes.
Elle équivaut à un 1^{er} cycle complet de formation en :
Gestalt-Thérapie ; Coaching ; Art-thérapie et expression artistique ;
Pratiques de bien être & de santé.
Vous vous offrez ainsi une expérience unique de ressourcement et de formation intensive, dans un cadre privilégié. La formation en Art-Thérapie bénéficie de la certification internationale de l'Unesco.

Si vous souhaitez vous inscrire aux 4 semaines intensives, un entretien préalable est requis. Il s'effectue par téléphone ou par une rencontre directe.

Au plaisir de partager ces moments d'exception.

Karim M.Reggad



Institut de Formation en
Gestalt & Accompagnement Professionnel
Formation - Supervision - Coaching



Journées d'études
**« La Méditation – La Voix
& le Rire »**
Conférences-débats / Ateliers
pratiques

25-26 juillet 2015

Samedi 25 juillet – « La Méditation »

14h	Accueil des participants
14h30	Table-Ronde/Débats : « Les voies de la méditation » Avec Philippe Bamy, Odile Bruckert, Jean Chopitel, Abou Fall, Sadik Haddari, Assia Guemra, Michel Ogier, Karim Reggad, Michele Rouhet, Edouard Stacke.
16h30	Pause
17h	Atelier collectif : « Méditation - Yoga du son » Ateliers en sous-groupes : Le silence et la présence ; Le son, la voix et le souffle ; Calligraphie
19h15	Repas
20h30	Soirée festive et créative

Dimanche 26 juillet – « La voix et le rire »

10h30	Conférence : «La voix, le rire et le souffle intérieur» Avec Sid Abdellaoui, Philippe Bamy, Odile Brucker, Karim Reggad, Michèle Rouhet, Edouard Stacke.
12h15	Atelier collectif : « Yoga du rire »
13h	Repas
15h à 17h	Ateliers : Le clown intérieur ; Chi kong, voix ; Le souffle et la voix
18h	Clôture des journées

Programme des journées non définitif, des modifications sont possibles

27 au 30
juillet



LA CREATIVITE ET LE CORPS EN FÊTE

Les clés de l'expression de soi & du bien être

« Ce que le corps peut, personne n'a pu le déterminer » Spinoza

Cette 1^{ère} semaine est dédiée à la pratique de méthodes traditionnelles et modernes de mieux-être, de connaissance de soi, de créativité. Une rencontre sous le signe de la joie et du rire. Des experts dans leur discipline vous font vivre leur passion, dans l'esprit de la convivialité et de la fête. Les ateliers durent 3 heures, ils sont accessibles aux débutants et aux professionnels : thérapeutes, coaches, artistes, formateurs...

LE PROGRAMME DE VOTRE JOURNEE

Matin

Eveil corporel – Yoga – Méditation de 8h à 9h (facultatif)

Ateliers de 9h45 à 12h45

Expression primitive, rythmes & danse des transformations ; A la rencontre de son clown intérieur ; La voix, le chant et l'expression de soi ; L'art de la calligraphie.

Après-midi

Ateliers de 15h30 à 18h30

Chi kong, yoga du souffle et du son ; Danse du yin/yang et calligraphie ; L'art du souffle, le corps et le sens ; La voix et l'art du conte.

Soirée

Animations, concerts, échanges, créativité...

L'encadrement des ateliers est assuré par

Sid Abdellaoui, Philippe Bamy, Odile Bruckert, Abou Fall, Assia Guemra, Sadik Haddari, Karim Reggad, Edouard Stacke.

*Dans la journée, vous avez la possibilité de participer à **3 ateliers maximum**,
éveil corporel compris, soit **sept heures d'enseignement**.*

Pour un travail de qualité, l'inscription à un atelier s'effectue pour la durée du séjour.

L'éveil corporel du matin regroupe les participants de tous les ateliers.

Le programme des soirées est réalisé dans la convivialité, au gré des participants.



Thèmes de la semaine « Corps & Créativité »

27 au 30 juillet 2015

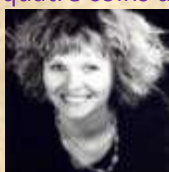
ATELIERS DU MATIN : 9h45 à 12h45



A la rencontre du clown intérieur avec Sid Abdellaoui

Avec Sid vous allez découvrir, cultiver votre propre clown. Voici une voie qui permet de rencontrer des facettes inédites de soi, de jouer avec la palette des émotions. Que vous soyez complètement débutant ou professionnel, il ne vous reste plus qu'à oser ce moment d'exception : l'expression et le déploiement, dans le « ici et maintenant », de votre propre « clown ».

Sid est psychologue et clown, il dirige la Cie Sope & Rieux. Clown sans frontières, il se produit aux quatre coins du monde pour le bonheur des petits et des grands.



La pratique du souffle et de la voix avec Odile Bruckert

Odile a développé une méthode inédite qui permet de libérer sa voix intérieure et de développer le chant. Elle utilise les correspondances entre les Lettres Sacrées et les tonalités musicales pour éveiller notre sensibilité profonde. Ses exercices de training vocal, simples et agréables, permettent de gérer naturellement le souffle et de libérer notre potentiel vocal tout en retrouvant une bonne maîtrise du diaphragme, améliorant la confiance en soi et s'initiant à l'art de l'improvisation...

Artiste musicienne au parcours exceptionnel (cf site officiel) Odile se dédie avec passion depuis dix ans à la transmission de cette méthode unique accessible autant aux chanteurs, aux comédiens, qu'à celles et ceux qui n'osent pas chanter



L'expression primitive, rythmes & danse des transformations

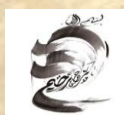
Avec Karim Reggad, Abou Fall

Karim a élaboré une approche des rythmes, du corps et de la danse qui l'ont fait qualifier de « chaman du rythme », de « magiciens des sens ». Sa pédagogie, à la fois ludique et rigoureuse permet à chacun d'exprimer son talent. Il a l'art de nous conduire dans des espaces d'expression de soi avec une simplicité déconcertante, dans une ambiance de convivialité et de rire. Avec la complicité d'Abou pour l'énergie africaine traditionnelle, les sons originels. Leur duo nous assure que l'émotion, le plaisir du partage et la créativité seront au rendez-vous.

Karim est chorégraphe, art-thérapeute, responsable de la formation à l'art-thérapie.

Abou est musicien, danseur, conteur. Artiste international, directeur de la compagnie Madior.

[Cet atelier s'insère dans le cursus d'art-thérapie sous la double certification Unesco/Ifgap]



L'art de la calligraphie avec Saddik Haddari { Présentation, juste après le conte }



« Corps & Créativité »

27 au 30 juillet 2015

ATELIERS DE L'APRES-MIDI : 15h30 à 18h30

Yoga, Taï Chi Chuan & Chi Kong avec Philippe Bamy



Philippe nous met en connexion avec notre propre énergie vitale. 30 ans de pratiques de disciplines extra-occidentales, les arts martiaux (aïkido, tai ji qi gong...), Les yogas (Inde, Egypte, Iran, thibet...), la méditation (Zen, Tao...) lui permettent de nous faire explorer des techniques corporelles énergétiques, et d'aller à la rencontre de nos ressources inexploitées. Ceci, dans une ambiance qui fertilise en soi l'humanisme et l'humour.

Philippe est psychologue clinicien, ethnologue, coach. Il accompagne régulièrement des groupes sur d'autres continents à la rencontre de l'essence de la vie. Il dirige l'Institut de formation IFIP Conseil.



La danse du Yin/ Yang et l'animal totem

avec Assia Guemra, Sadik Haddari, Karim Reggad

Assia et Karim vous invitent, à un voyage à la rencontre de notre composante « animale », de nos polarités « féminin/masculin ». A partir de la création d'un conte collectif, des rythmes de la musique, nous évoluerons vers l'expression créative de nos polarités et leur intégration. Nous utiliserons des techniques énergétiques du souffle, de relaxation, de danses (tribal & oriental). Sadik permettra un prolongement de l'expression soi par le geste calligraphique.

Assia est chorégraphe et art-thérapeute, elle dirige la compagnie Tellurgie à Paris.

Karim est chorégraphe, musicien, formateur en expression artistique et en art-thérapie.

Sadik est calligraphe, il partage son temps entre ses ateliers au Maroc, en Espagne et en France.

[Cet atelier s'insère dans le cursus d'art-thérapie sous la double certification Unesco/Ifgap]



L'art du souffle, le corps et le sens avec Edouard Stacke

Edouard nous propose un atelier de développement personnel qui mobilise les ressources du corps, le souffle, et l'art du questionnement. Il nous conduit à connecter ce qui est essentiel pour nous, à découvrir nos ressources profondes. C'est une voie de connaissance et d'harmonisation de notre être profond. Un moment intense de partage, de rencontre avec soi et les autres.

Edouard est ostéopathe, acupuncteur, consultant international. Il est un pionnier du développement personnel et auteur de plusieurs livres, dont « la liberté de s'accomplir » aux Editions du Souffle d'or.



« Corps & Créativité »

27 au 30 juillet 2015

ATELIERS DE L'APRES-MIDI : 15h30 à 18h30



La parole et l'art du conte avec Abou Fall

Abou est un magicien des mots, ceux qui nous transportent instantanément dans le monde de l'imaginaire enchanteur. Son atelier est un voyage dans la musicalité de la parole, dans son corps, dans le sens de l'harmonie et du rythme. Sera abordée la place de la musique et du chant dans les récits. Savoir comment partager une histoire, intégrer des instruments : à cordes, à vent, les petites percussions... Que vous soyez expérimenté ou débutant sur le sujet, cet atelier avec Abou vous permettra d'évoluer à votre rythme dans l'art personnel de raconter.

Directeur artistique de la compagnie Madior, Abou est conteur, musicien, cinéaste. Diplômé du conservatoire supérieur du cinéma français.



L'art de la calligraphie avec Sadik Haddari

A travers le travail sur le gestuel calligraphique, Sadik nous met sur le chemin de la perfection, de la mise en valeur du trait graphique personnel. Plus qu'une expérience, l'exercice auquel il nous convie nous apprend le sens profond de l'amour, de la patience, du soi. Il sait conjuguer la simplicité et la rigueur pour nous aider à nous connecter à notre propre authenticité. **Sadik anime un atelier de calligraphie le matin.** Il apporte son concours à la danse du Yin et du Yang, l'après-midi, en prolongement du geste chorégraphique, de l'expression de soi par le corps et le mouvement.

Calligraphe, il dirige régulièrement des ateliers au Maroc, en France, en Espagne.

Pour plus d'informations sur les intervenants de l'IFGAP, vous pouvez taper leur nom sur google et sur youtube. Voici quelques propositions de liens pour commencer la découverte :

Abou Fall : <https://www.youtube.com/watch?v=P7cf9PCBmMc>

Odile Bruckert : <https://www.youtube.com/watch?v=Xk4ooaiJ75A>

Sadik Haddari : <https://www.youtube.com/watch?v=Q-5joOytnAI>

Assia Guemra : <https://www.youtube.com/watch?v=XLyWgTZEQYE>

Michèle Rouhet : <http://michelerouhetconteuse.blogspot.fr/>

Edouard Stacke : <https://www.youtube.com/watch?v=CPIJFF4QgKV0>

FORMATION & DEVELOPPEMENT PERSONNEL



2^{ème} semaine : 2 au 7 Août

GESTALT – EXPRESSION ARTISTIQUE & ART-THERAPIE
Les médiations artistiques et la créativité.
De l'animation à la thérapie.

Pour apprendre à mobiliser les langages du corps et différentes médiations, savoir les adapter à différents cadres et publics : animation, thérapie, enseignement...

Le matin : Bio théâtre ; voix ; percussions ; danse ; expression primitive ; dessin ; les fondamentaux de la pédagogie et de l'animation d'ateliers artistiques ; L'identification des différents niveaux d'implication personnelle ; Les frontières de l'animation artistique et de la thérapie ; Le cadre et le contrat.

L'après-midi : Images, rêves et métaphores en Gestalt-Thérapie ; Le cercle des transformations ; Les niveaux d'implication et de traduction symbolique ; Le corps et le mouvement essentiel ; Le passage de la relation pédagogique à la relation thérapeutique.

[Certification internationale Unesco/Ifgap]



3^{ème} semaine : 9 au 14 Août

GESTALT-THERAPIE & COACHING

Les fondamentaux de la relation de résonance, la notion d'aide en gestalt et systémique. Les techniques, les applications.

Le matin : La mise en place des tableaux de bord internes du praticien ; Le corps et les niveaux d'interaction de la relation ; Les pièges de la communication ; La relation de résonance et l'intuition ; La définition du cadre et du contrat en coaching et en thérapie ; Les frontières de la thérapie et du coaching.

L'après-midi : Les techniques et les règles de la Gestalt-Thérapie ; Les niveaux d'expression symbolique de l'être et de ses conflits ; Les fondamentaux de la Gestalt et de la Systémique ; L'accompagnement individuel et de groupe en coaching et en thérapie.

[Certification internationale Unesco/Ifgap]

Au cours des formations l'accent est avant tout mis sur la pratique, avec des exercices collectifs, en sous-groupes et individuels (75% de pratique, 25% de théorie). Bibliographie et des documents pédagogiques complémentaires.

Les formations se déroulent sous l'égide de l'Institut Francophone de Gestalt & Accompagnement Professionnel, ainsi que de l'Unesco pour l'Art-Thérapie.

FORMATION & DEVELOPPEMENT PERSONNEL

4^{ème} semaine : 16 au 21 Août



COACHING DE BIEN ÊTRE & DE SANTE

Bio relaxation - Massage – Méditation

Naturopathie - Facteurs naturels de santé

Des clés du bien être à expérimenter d'abord sur soi, avant de les transmettre.

Le matin : Bio Relaxation (synthèses de techniques du yoga, sophrologie, méthode Vittoz, méditation, arts martiaux) ; Naturopathie et santé par la nature ; La gestion du stress ; Biorythmes et sommeil ; Mobiliser les ressources du corps et du cerveau ; Les messages du corps et des rêves ; Le dos et l'auto-ostéopathie ; La pédagogie du bien être et de la santé.

L'après-midi : Le massage : californien, japonais, coréen, réflexologique ; L'art du toucher créateur ; La psychologie de la relation ; Les huiles essentielles ; Savoir définir son cadre et les limites de la pratique : coaching, pédagogie, thérapie, formation, conseil.

L'organisation de votre journée d'université d'été :

8h	Eveil corporel, bio relaxation, yoga du son, chi kong, do in, méditation.
9h	Petit déjeuner
10h-13h	Ateliers de formation
13h	Repas
15h30-18h30	Ateliers de formation
19h	Dîner
20h30	Programme établi avec les participants.



La direction pédagogique est assurée par Karim M. Reggad

L'université d'été bénéficie du concours de différents professionnels :

Artistes, coachs, médecins, thérapeutes

Elle est réalisée en partenariat avec :

Graines de Bien Être, APPM, Cies Artistiques Madior, Tellurgie, Tumba Ananas

Les intervenants invités de l'université d'été IFGAP 2015

Sid Abdellaoui : Psychologue, comédien, clown
Philippe Bamy : Psychologue, enseignant en Tai chi & Chi kong
Odile Bruckert : Musicienne, chanteuse
Jean Chopitel : Naturothérapeute, écrivain
Abou Fall : Conteur, musicien, cinéaste
Assia Guemra : Chorégraphe, art-thérapeute
Chritiane Gobry : Naturopathe
Sadik Haddari : Calligraphe
Michel Ogier : Médecin, homéopathie
Evelyne Pezet : Pharmacien
Karim Reggad : Metteur en scène, gestalt, art-thérapie
Michèle Rouhet : Conteuse, formatrice
Edouard Stacke : Ostéopathe, acupuncteur

-La liste n'est pas exhaustive ni définitive.

- Les ouvrages et CD de certains intervenants seront disponibles sur place.

Dans un cadre magnifique de ressourcement



Les séminaires se déroulent en résidentiel, en pension complète, dans un cadre privilégié de nature à 1000m d'altitude. A 70' au sud de Grenoble, là, l'air est pur et ça sent déjà la Provence. Christiane et Jean nous accueillent dans une bâtisse séculaire (XIIIe et XVIIIe siècles). Les conditions d'accueil sont simples, sobres, parfois surprenantes, mais uniques et chaleureuses. Naturopathes expérimentés, ils nous assurent de délicieux repas de santé, à dominante végétarienne large (incluant les œufs, laitages, poissons...), avec des produits bio, de la région, dans toute la mesure du possible. L'hébergement s'effectue en chambres de 1, 2, 3 et 5 places. Le camping est aussi possible sur place (nombre limité). Précisez vos souhaits dès votre inscription. Dans le village de La Faurie situé à 4' de là, le camping « La Garrigue » offre différentes formules d'accueil pour la nuit en : chalet, yourte, tente...

INSTITUT IFGAP - UNIVERSITE D'ETE 2014

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom

Prénom

Adresse

Profession

Téléphone

Adresse email

Conditions financières (*):

L'inscription comprend 10 Euros d'adhésion à l'IFGAP, valable jusqu'au 31 décembre 2015.

- **1- Journées d'études du 25-26 juillet : Méditation – Voix & Rire**
Du samedi 14h au dimanche 18h. (Pension complète comprise dans le prix)
Inscription avant le 12 juin : **95€** Après le 12 juin : **125€**
- **2- Semaine du 27 au 30 juillet** (*Pensions non comprise*)
Inscriptions avant le 12 juin : **325€** Après le 12 juin : **375€**
Pension complète : 240€ (Hébergement, repas, boissons, pauses collations)

- **3- Semaines du 2 au 22 août : Formation « à la carte »**

Inscriptions	Avant le 10 Juillet	Après le 10 Juillet
Formule à la carte <i>Vous choisissez une ou deux semaines du 2 au 22 Août</i>	480€ la semaine <i>Ajouter 255€ pour la pension complète</i>	580€ la semaine <i>Ajouter 255€ pour la pension complète</i>
4-Formule intensive <i>25 juillet au 22 août 4 semaines + 1 we de synthèse en octobre inclus + suivi en coaching individuel</i>	Forfait : 1950€ <i>le cycle complet Ajouter 1250€ pour la pension complète</i>	Forfait : 2350€ <i>le cycle complet Ajouter 1250€ pour la pension complète</i>

(*) Si vous êtes en « Camping » une petite réduction est prévue
Elle porte uniquement sur les nuitées

(En cas de difficultés, un paiement échelonné personnalisé est possible pour la formation)

UNIVERSITE D'ETE 2015 - INSCRIPTION

⇒ Je sollicite mon inscription pour la formule à la carte, je coche le(s) stage(s) choisi(s) :

- Journées d'études** : 25-26 juillet – « **Méditation, voix & rire** »
- 1^{ère} semaine** : 27 au 30 juillet – « **La créativité et le corps en fête** »
Mon choix d'atelier, le matin L'après-midi
- 2^{ème} semaine** : 2 au 7 août – « **Art-Thérapie et Expression Artistique** »
- 3^{ème} semaine** : 9 au 14 août – « **Gestalt-thérapie & Coaching** »
- 4^{ème} semaine** : 16 au 21 août – « **Pratiques de Bien Être & Santé** »

⇒ Je sollicite mon inscription pour la formule complète intensive :

- 4 semaines intensives du 25 juillet au 22 août**

Pour cette formule, je joins une lettre de motivation et une présentation de mon parcours professionnel et personnel. Un rendez-vous téléphonique me sera proposé à la suite duquel mon inscription au cycle intensif pourra être confirmée.

- Je sollicite un plan de paiement échelonné, personnalisé.

ATTENTION

Quelle que soit la formule choisie, si votre formation est prise en charge par votre employeur :

Coût : 730€ la semaine + 305€ pour la pension complète – Après le 12 juin : 930€

Vous devez rapidement nous contacter pour l'établissement de la convention

Ci-joint un chèque d'arrhes, de 50% du montant de ma participation à
«IFGAP Université d'été» - Gestion administrative Véronique Launay
7 rue Maurice Ravel 38130 - Echirolles

Les détails pratiques complémentaires me seront communiqués après enregistrement de mon inscription. Contact téléphonique : 06 10 28 44 73 & 09 54 33 88 62

DATE

SIGNATURE :