

## Journées de la nature 2022

du 18 au 22 mai

### *La nature en corps au Jardin des Edens*

Allonzier-la-Caille, entre les écoles maternelle et primaire

Thème : Sensibilisation à notre posture dans la Nature

#### **Intervenants et partages**

- Nathalie Gatouillat, art thérapeute du jeune enfant à l'adulte, créatrice du Jardin des Edens et de l'association EDENS (Espaces de Découverte et d'Echange Nature et Santé), partage son expérience dans la réalisation récente du jardin, les haies ses relations avec les enfants des écoles,
- Virginie Leroy, cultivatrice de safran à Chilly et sophrologue, partage sa passion pour cette épice précieuse et les bienfaits qu'elle apporte pour le corps et le moral ; elle initie aux savoirs-faire minutieux que cette "reine des fleurs" exige pour être cultivée et transformée en tisane et boisson végétale ;
- Sonia Enrique, médiatrice éco-citoyenne, conteuse d'histoires paysannes écologiques, responsable d'AMAPALES, elle partage son expérience personnelle et collective depuis qu'elle a changé sa façon de consommer et les impacts que ça a eu sur sa vie physique et morale ;
- Huguette, passionnée des plantes sauvages, invite petits et grands à reconnaître les herbes et plantes sauvages comestibles (des toxiques), les cueillir avec raison et les cuisiner avec gourmandise ; elle propose d'aller à leur rencontre du jardin des Edens à la forêt.
- Elie Barthalay, enseignant en Qi Gong bouddhiste et taoïste, disciple de Shi Heng Yi, maître du Shaolin Temple Europe, partage le lien profond de sa pratique du mouvement avec la nature, à travers le mouvement du *Chuan Yuan Gong* (méditation/circulaire/exercice) il aborde la coordination, l'ancrage, le souffle et l'expérience de l'unité ;

Programme :

Jeudi :

8h30 : Qi Gong, Eveil au jardin et rituel du thé

9h30 - 10h30 : Eveil des sens et comptines du jardin (0-3 ans)

12h : Qi Gong, Chan Yuan Gong, notre relation à la terre

13h : repas partagé

16h30-17h15 : les Petits Jardiniers des Edens, création d'une butée avec fascinage en osier et semis de carotte

Vendredi :

8h30 : Qi Gong, Eveil au jardin et rituel du thé

9h30 - 10h30 : Eveil des sens et comptines du jardin (0-3 ans)

12h : Qi Gong, Chan Yuan Gong, notre relation à l'air

13h : repas partagé

16h30-17h15 : les Petits Jardiniers des Edens, création d'une sculpture en osier

Samedi :

8h30 : Qi Gong, Eveil au jardin et rituel du thé

9h30 : les plantes sauvages comestibles dans le jardin et la forêt

10h30 : créer des EDENS, espaces de rencontres et d'échanges Nature et Santé dans notre village

11h30 : pourquoi faire partie d'une AMAP participe au bien-être de tous ?

12h30 : repas partagé

14h30 : Qi Gong, Chan Yuan Gong, notre relation au feu

15h30 ateliers Safran-Sophro, du bulbe au sirop

16h30-17h15 : les Petits Jardiniers des Edens, création d'une butée avec fascinage en osier et semis de radis

Dimanche :

8h30 : Qi Gong, Eveil au jardin et rituel du thé

9h30 : troc aux graines

10h30 : Eveil des sens et comptines du jardin en famille (0-3 ans)

14h30 : Qi Gong, Chan Yuan Gong, notre relation à l'eau

15h30 : créer des EDENS, espaces de rencontres et d'échanges Nature et Santé dans notre village

16h30-17h15 : les Petits Jardiniers des Edens, création d'une sculpture en osier