

## Programme

10h00 **Yoga** séance découverte avec Charlotte Scheyer

10h30 **Echange** avec Michel Mangin sur la permaculture : l'utilité des pierres dans le jardin, santé, énergie des plantes, décoration et autres bienfaits

10h30 **Ballade** et cueillette de plantes sauvages comestibles dans les environs avec Julien Perrin

11h30 **Présentation** du collectif sur la monnaie locale et complémentaire par Catherine Gerberon d'Epinal en Transition

11h30 **Rencontre** avec l'IDOGO – Qi gong avec bâton Améliore la respiration et la fluidité du mouvement. POUR LES ENFANTS

13h30 **Conférence** avec Jocelyn Peyret, écrivain marcheur militant. Il témoigne du pillage des terres appartenant aux Aborigènes, au profit de l'industrie minière de l'uranium

De 10h à 12h et de 14h à 17h

Découverte de thérapies douces  
Cranio, Reiki, Réflexologie,  
Masque de beauté énergétisé

Avec  
Gerlinde, Dominique, Malory, Laurence

À 14h00

Catherine Raffenne, Psychologue,  
propose un échange sur  
« Comment lâcher prise dans un conflit relationnel »  
(outils, pistes de réflexion)

Suivi à 16h00  
« Lâcher prise et Santé »  
(circulation de la parole et des émotions)

13h30 **Ballade** et cueillette de plantes sauvages comestibles dans les environs avec Julien Perrin

14H45 **Echange** avec Michel Mangin sur l'approche intuitive au jardin, observer, écouter avant toute intervention

15h30 **Rencontre** avec l'IDOGO -Qi gong avec un bâton : stimule la circulation de l'énergie  
POUR LES ADULTES

15h15 **Découverte** du tarot de Marseille comme chemin vers une spiritualité. Avec Marc Lacour

16h15 **Présentation** du mouvement de La Transition Les Incroyables Comestibles.  
Avec Pascal Corradini (Epinal en Transition) et Noël Mougeolle (Xertigny en Transition's)



Et aussi un espace de gratuité « GRATIFERIA », des ateliers, des animations pour petits et grands, boissons, restauration, pâtisserie tout au long de la journée

