



Programme

Samedi

10h - 12h

Atelier en grand groupe avec Walter Peretti "Qi Gong, vitalité et spiritualité"

Déjeuner

14h - 15h30

1. Conférence de Pascal Thomas "Le Shen, l'un des fondements de la conception de l'être humain dans la pensée médicale chinoise"

2. Table-ronde animée par Bruno Burdet-Burdillon "Pratique du Qi Gong en milieu de soins"

Pause de 15 minutes

15h45 - 17h15

1. Atelier de Thierry Doctrinal

"L'Onde du Dragon. Une connexion Terre Ciel, perceptible et reproductible pour un changement profond de la pratique sur la voie de l'Etre"

2. Atelier ludique et pédagogique d'Ilona Stephani

"Se dessiner les méridiens sur le corps : apprendre à mieux bouger " (*pour plus de précisions **)

Pause de 20 minutes

17h35 - 19h05

Conférence de Catherine Bousquet

"La face cachée du XIUZHEN TU, ou la Carte de la culture de la perfection" (*pour plus de précisions **)

Dîner

20h30 - 22h

Méditation avec Catherine Bousquet, proposée dans la continuité de sa conférence.

Autres ateliers libres pour les plus motivés.

Dimanche

8h45 - 10h15

1. **Atelier avec Michel Brémont** "La spirale, mouvement de vie, les tourbillons du Qi. Onde, spirale et pulsation dans la pratique du Qi Gong."
2. **Atelier avec Josette Valentini** "Vitalité par le Qi Gong et la digitopuncture"

Pause de 15 minutes

10h30 - 12h

1. **Atelier avec Catherine Bousquet** "Qi Gong martial du Wudang"
2. **Atelier avec Marie-Christine Sévère** "Vitalité et spiritualité dans la pratique du Qi Gong interne taoïste"

Déjeuner

14h - 15h30

1. **Conférence de Laurent Chateau** "Rendre l'entreprise spirituelle par la pratique du Qi Gong"
2. **Atelier avec Isabelle Verguin** "Qi Gong et méditation - La méditation de l'amour bienveillant : auto-massages, exercices respiratoires et méditation guidée de 20 minutes"

Pause de 15 minutes

15h45 - 17h15

1. **Table-ronde animée par Frédérique Maldidier** "À propos de la pédagogie du Qi Gong"
2. **Atelier avec Hélène Zimmermann** "Par la pratique de "manger amer" et de Wu Ji, arriver à la tranquillité du corps, du cœur et de l'esprit"

Pause de 20 minutes

17h35 - 19h05

Conférence de Thierry Doctrinal "L'Onde du Dragon : une expérience vivante et immédiate des principes du Tao"

Dîner suivi d'une soirée festive, apportez vos CD, clés USB, instruments de musique !!

Lundi

8h45 - 10h15

1. **Atelier avec GAP** "Intention et mouvement. Initiation au mouvement élémentaire pour le contrôle du Qi interne"
2. **Atelier avec Yves Deschamps** "Qi Gong et mantras. Expérimenter l'intérêt des mantras dans la pratique du Qi Gong pour leur effet vibratoire, stabilisant et apaisant sur le corps et l'esprit"

Pause de 15 minutes

10h30 - 12h

1. **Atelier avec Jean-Michel Chomet** "Yangsheng Gong sans frontières"
2. **Atelier avec Tian Shue** "Yuan Shen, Shi Shen et Qi. Comment travailler le Qi et comprendre ses relations avec le corps, et avec le Shen"

Déjeuner

14h - 15h30

1. **Table-ronde animée par Catherine Engels** "Vitalité et spiritualité"
2. **Causerie avec Walter Peretti et Marie-Christine Sévère** "Qi Gong taoïste, bouddhiste, confucianiste. Caractéristiques et différences".

15h45 - 17h

Synthèse des 3 tables-rondes et bilan général de ces rencontres. Clôture autour d'un pot.

* Atelier avec Ilona STEPHANI Samedi de 15h45 à 17h15

« Se dessiner les méridiens sur le corps : apprendre à mieux bouger. »

Pour participer à cet atelier ludique et pédagogique, venez avec un tee-shirt sans manches (ou à manches courtes) et en short. Des craies grasses de maquillage pour enfant (fournies ou à apporter si vous en avez) seront utilisées pour dessiner les méridiens sur le corps. Sinon, venez avec une tenue adaptée et usagée et apportez des feutres dont l'encre peut être effacée par lavage sur les matières textiles. Vous pourrez mieux comprendre ce que signifie un étirement "cœur" ou "maitre cœur", "poumon" ou "gros intestin" ? "rate" ou "foie" avec comme aide ce support visuel.

* Conférence avec Catherine BOUSQUET Samedi de 17h35 - 19h05

« La face cachée du XIUZHEN TU, ou la carte de la culture de la perfection. »

Partant de l'anatomie humaine, l'étude de cette carte mystérieuse, véritable grimoire mêlant dessins et inscriptions, décrit le corps comme un univers, un pays intérieur, résidence de divinités diverses, domaine des paradis et des enfers, pouvant devenir un lieu de transmutation par des pratiques diverses permettant d'approcher la transcendance spirituelle. Je me propose, non pas d'exposer une théorie des zang fu et les moyens de comprendre l'alchimie interne, mais d'explorer en compagnie de personnes ouvertes, ce paysage corporel en partageant mes réflexions et connaissances glanées auprès des maîtres, et de lectures sur le taoïsme.

Présentation des Tables-rondes

Lundi de 14h à 15h30

Bruno BURDET-BURDILLON : « Pratique du qi gong en milieu de soins »

Depuis le décret du 1er mars 2017, qui invite le médecin à prescrire une activité physique adaptée à la pathologie et aux capacités physiques du patient atteint d'une affection de longue durée, le public a pris conscience de l'importance de l'activité physique pour l'hygiène de vie et la santé (en prévention et pour accompagner des soins). De ce fait, les enseignants de qi gong voient arriver dans leurs cours de plus en plus de personnes ayant un problème de santé.

Deux options s'offrent aux enseignants de qi gong bénévoles ou professionnels :

- ✓ L'accueil dans les ateliers de pratique sans distinction de la situation des pratiquants (ce qui se fait le plus souvent) ;
- ✓ Le déplacement d'ateliers dans les structures de soins (Hôpital, Centre de Santé, Maison de la Santé, Sites ou services de Soins de suite, EHPAD (Établissement d'Hébergement de Personnes Agées Dépendantes) .

Et plusieurs questions se posent :

- * Comment agir pour développer le Qi Gong et lui donner une place de choix ?
- * Comment procéder pour que le Qi Gong, en tant que pratique psycho-corporelle ayant un impact global sur la santé, soit davantage prescrit pendant les périodes de soins ?
- * Est-il possible de vivre de sa pratique d'enseignant de Qi Gong en milieu de soins ?
- * Est-il souhaitable de "médicaliser" la pratique du Qi Gong ?
- * L'initiative de proposer une activité de Qi Gong en milieu de soins doit-elle venir de l'enseignant, de l'Union Professionnelle ou des institutions de soins ?
- * Comment organiser et mettre en perspective visible les choix des uns et des autres ?
- * En matière de diplômes pour enseigner le Qi Gong en milieu de soins, qu'en est-il concrètement et quelles sont les perspectives ?
- * En matière de formation, les enseignants de Qi Gong ont-ils besoin d'une formation complémentaire pour adapter leur pratique aux situations rencontrées en milieu de soins ?
Si oui, de quelles formations ont-ils besoin ? Qu'est-il déjà proposé dans ce domaine ?

Les témoignages d'enseignants exerçant en milieu de soins seront les bienvenus.

Dimanche 14h à 15h30 : Catherine ENGELS : "Qi Gong, vitalité et spiritualité"

Quelques pistes de réflexion :

- * Qu'est-ce que pour chacun d'entre nous la spiritualité ?
- * La pratique du Qi Gong sans spiritualité, suffit-elle à trouver la vitalité ?
- * La spiritualité existe-t-elle sans présence au corps ?
- * Est-ce que par une meilleure connaissance de son corps, la présence à soi, la vitalité s'installant, le besoin de spiritualité se fait sentir tout naturellement ?
- * Comment faire passer à nos élèves, cette notion de spiritualité dans la pratique du Qi Gong ?
- * Vitalité et spiritualité sont-ils deux ingrédients indispensables pour que le Qi Gong soit un art énergétique véritable, ayant la capacité de nous transformer ?

Samedi à 15h45 - 17h15 : Frédérique MALDIDIER : "À propos de la pédagogie du Qi Gong"

- * Dans l'enseignement du Qi Gong, sentir l'énergie du groupe et comprendre le langage du corps sont essentiels. Comment percevons-nous et prenons-nous en compte cette dimension énergétique dans notre relation à nos élèves ?
- * Enseigner dans la dimension du Cœur et le lâcher-prise. Comment adapter son discours et son programme au profil des élèves, sans leur imposer ce qu'ils ne sont pas prêts à recevoir ?
- * Comment dépasser la dimension physique du "mouvement" et faire entrer l'élève dans un état d'unité corps-souffle-cœur/esprit, qui est le propre du Qi Gong ? ...

Tous vos questionnements et partages d'expérience seront les bienvenus.

***Programme sous réserve de modifications**

Conditions

- ☞ Les Rencontres sont "en résidentiel" mais il est également possible de participer en hébergement libre. Elles sont ouvertes aux non membres de l'Union Pro Qi Gong (enseignants ou pratiquants « avancés », élèves d'écoles, etc.)
- ☞ Le règlement pour les 3 jours par participant : ateliers, tables rondes, organisation etc. :
 - 120 € pour les membres de l'UPQG
 - 150 euros pour les non-membres
- ☞ L'hébergement en pension complète inclus les repas (végétarien possible), pauses et hébergement. En bâtiment récent, les chambres (15 individuelles, 18 doubles) sont tout confort, et comportent une salle de bain et des toilettes. Les draps et couettes sont fournis.

JE M'INSCRIS AUX RENCONTRES DE L'UNION PRO QI GONG

3 jours à Voiron les 19, 20, 21 mai 2018, autour du thème « Vitalité et spiritualité »

Nom et prénom :

Tel : (portable)..... Mail :

J'envoie au secrétariat avec mon inscription, avant le 27 avril 2018 :

- ☞ Le règlement pour les 3 jours par participant : ateliers, tables rondes, organisation etc. :
 - ▶ 120 € pour les membres de l'UPQG ▶ 150 euros pour les non-membres
- ☞ Le règlement pour l'hébergement en pension complète (repas (végétarien possible), pauses et hébergement). Les chambres sont tout confort, avec salle de bain et toilettes. Les draps et couettes sont fournis. (Les chambre à 1 lit simple ne sont plus disponibles.)

Par personne pour les 3 jours, du vendredi soir (dîner au plus tard à 19h45) au lundi après-midi 17h :

Chambre à 2 lits simples avec salle d'eau/toilettes : 147 €

Par personne pour une arrivée le samedi matin après le petit déjeuner au lundi après-midi 17h :

Chambre à 2 lits simples avec salle d'eau/toilettes : 121 €

1 repas pour les non-résidents : 12.20 €

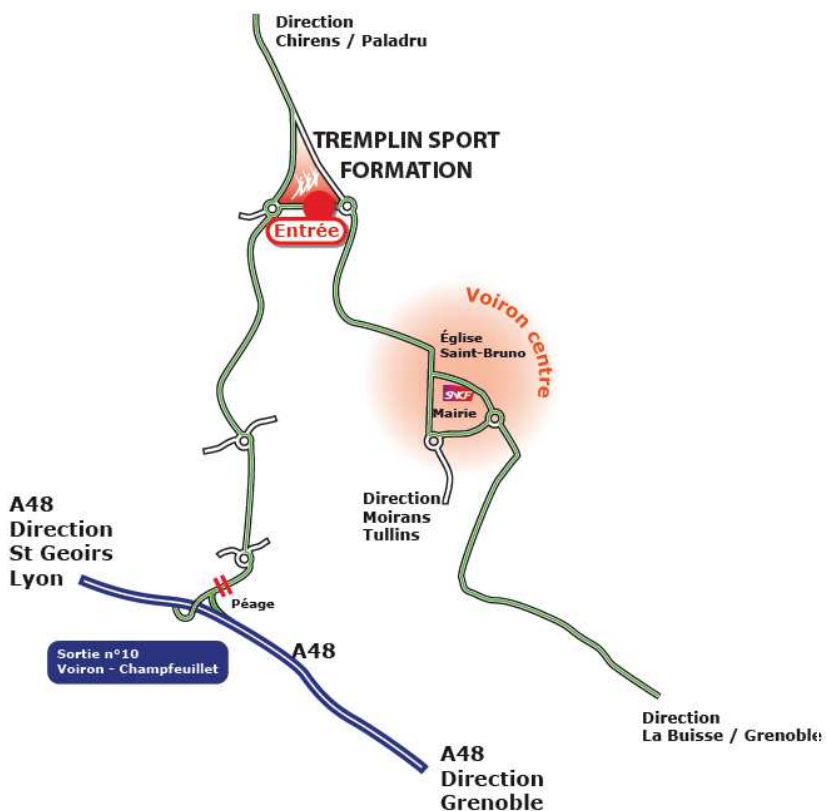
Si vous ne pouvez venir qu'une partie des rencontres, contactez le secrétariat pour les modalités.

Merci de faire **2 chèques séparés** (1 pour la pratique et 1 pour l'hébergement) à l'ordre de FEQGAE Union Pro Qi Gong, envoyés au secrétariat : Union Pro Qi Gong FEQGAE L'Estérel -A- 43, av Paul Cézanne 13090 AIX EN PROVENCE



Parc de la Brunerie

Lieu - Accès



Tremplin sport formation Campus La Brunerie

180 Bd de Charavines 38500 VOIRON

Par le train : TER Lyon-Voiron puis bus jusqu'au Centre.

Par avion : Aéroport Lyon St Exupéry (navettes pour Lyon) ou Grenoble (bus pour Voiron)

Par la route : A48
(Un covoiturage est organisé.)

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

RENCONTRES DE L'UNION PRO QI GONG

3 jours à Voiron les 19, 20, 21 mai 2018, autour du thème « Vitalité et spiritualité »

Contactez le secrétariat : Union Pro Qi Gong FEQGAE

L'Estérel -A-43, av Paul Cézanne 13090 AIX EN PROVENCE

Tel. 04 42 93 34 31 Email : feqgae@free.fr