

Coop'hérons est une association loi 1901 qui existe depuis 2014.

Son objet est de promouvoir la culture de la coopération et de la non-violence dans tous les domaines de la vie : famille, lieux d'apprentissages, lieux de travail ... et auprès de tous publics.

Nous souhaitons mettre à disposition des individus, des associations et des institutions des outils de réflexion, d'animation et de formation sur la non-violence et la gestion positive des conflits.

Notre équipe 2016 : Brigitte Picardat, Chantal Tichané, Annie Pinteaux, Jean Batsere, Audrey Zamuner, et Benjamin Estampe.

Adhésion :

En adhérant à Coop'hérons vous soutenez une association qui œuvre pour le changement dans les relations humaines.

Vos adhésions ou vos dons nous permettront cette année :

- D'investir dans des outils pédagogiques et dans son entretien. (achat de livres, de jeux coopératifs, achat de malles, étiquettes ...)
- De vous proposer des ateliers gratuits ou accessibles aux petits budgets.
- *De nous faire connaître* (un site web et nos publications)

En étant adhérent vous pourrez :

- **Rejoindre un cercle de travail :**
 - Cercle pédagogique : Recherche d'outils pédagogiques, entretiens, diffusion ...
 - Cercle documentation : Entretien de la bibliothèque, liens avec les médiathèques du Département, veille documentaire, préparation des stands ...
- **Nous aider** sur nos stands et nos manifestations

Tarifs :

Tout public de Janvier à Décembre : 15 € / 10€ Petit Budget Association / Collectivité 45 €



Programme

Mars 2016



- Association Coop'hérons -

Centre de ressources sur la coopération et la non-violence.
Antenne du Centre de Ressources sur la non-violence de Midi-Pyrénées.
coop-herons@laposte.net - 09 72 40 97 98 -
5-7 rue du Mai - 81600 Gaillac

Ateliers et Formations programmées.

Échangeons nos pratiques ! Animé par Tous

Nous organisons la rencontre, nous participons tous !

Un espace de rencontre pour les professionnels de l'enfance : animateurs, éducateurs, enseignants, ATSEM, Assistante maternelle, afin de partager nos expériences, nos outils, nos connaissances, nos idées ou pour s'informer.

Chaque participant(e) pourra animer une séance entière ou une partie de séance sous forme de présentation, jeux, théâtre, ...

Bienveill'Danse : Animé par Chantal Tichané et Brigitte Picardat.

Une création de deux intervenantes de Coop'hérons. (Pour adulte)

Danser nos émotions et nos besoins dans une fluidité joyeuse ; l'art de la danse rejoint l'art du langage du cœur pour exprimer ce qui est le plus vivant en nous.

Découverte de la communication bienveillante

Parent-enfant + 7ans . Animé par Brigitte Picardat.

Un moment privilégié parent-enfant.

Venez découvrir le langage du cœur, selon Marshall Rosenberg (CNV).

Un atelier de 2 heures pour expérimenter, observer, sentir, se relier et vivre le processus sous forme de jeux, suivi d'un temps pour échanger, partager, s'enrichir et grandir ensemble.

A.T.B

Conscience par le corps

Une méthode qui nous vient de Auroville en Inde. (Pour adulte)

ATB (Awareness Through the Body), ou **Conscience par le Corps**, est une méthode pour développer l'attention, la relaxation et la connaissance de soi par des activités ludiques, des temps d'intériorisation et des explorations sensorielles.

Les exercices proposés développent de manière progressive la concentration, l'aisance corporelle, la créativité et la relaxation et procurent ainsi un sentiment de bien-être.

Ils aident à atteindre un état de réceptivité favorable aux apprentissages et proposent des outils pour mieux gérer ses émotions, son corps et ses pensées, pour vivre plus librement et harmonieusement.

Ateliers animés par Marion OLIVIER, Psychomotricienne D.E. et Nicolas MARAVAL, formés à la méthode ATB. (association « L'Arbre qui Danse »)

Pour afficher sur son bureau

ou sur son Réfrigérateur



| Atelier / Formation | Date | Lieux | Horaire | Participation aux frais |
|--|-----------------------|--|----------------------|--|
| Découverte de la communication bienveillante Parent-enfant + 7ans | Samedi 12 Mars | Gaillac Salle des associations | 14h00 - 16h00 | 15 € par Famille (inscription 48h à l'avance) |
| A.T.B Développement de la conscience par le corps | Samedi 19 Mars | Gaillac Salle des associations | 14h30- 16h30 | Libre |
| Échangeons nos pratiques ! | Lundi 21 Mars | Gaillac | 14h à 17h | Libre |
| Bienveill'Danse | Samedi 26 Mars | Gaillac | 14h30- 16h30 | 15 € (inscription 48h à l'avance) |

Les inscriptions sont nécessaires au bon fonctionnement de Coop'hérons, en vous engageant nous sommes sûr de pouvoir maintenir nos ateliers et de faire déplacer nos intervenants.

Contactez-nous par téléphone ou par mail en précisant vos coordonnées et l'atelier choisi.