VIVRE EN ACCORD AVEC LE VIVANT
◦◦◦ PAR DELA LES NUAGES ◦◦◦

Mode de vie sur le lieu



Une des vues du terrain en fin de journée... un jour où le berger passe avec ses brebis :)

Pour venir sur le lieu, il est essentiel de respecter son fonctionnement et mode de vie.
Je vous invite à être attentif.ve à toutes les informations contenues dans ce document.

En premier lieu, je vous demande de bien lire la page « lieu de vie sauvage » sur mon site afin de pouvoir se relier, avec clarté, à l'énergie que porte ce projet, de **ce qu'il peut offrir ou pas**, afin qu'il n'y ait pas de projections, d'attentes erronées et de déceptions : http://www.cindyjeannon.com/lieu-de-vie-sauvage.html

Mode de vie sur le lieu pages 2-8
Équipement à apporter page 9
Comment venir ? page 9
Accord pages 10

Le lieu

Sur la page « lieu de vie sauvage » de mon site, se trouve une présentation accompagnée de photos et une vidéo.

En bref :
- le terrain est sur les hauts du village de 09320 Massat, à 800m d'altitude
- superficie de 4000m2
- **vue magnifique** sur 360° sur les montagnes autour
- **eau potable**
- **autonomie électrique** par panneaux solaires
- **jardin**
- **petits habitats**



Un message clin d'oeil particulier pour les 350 stagiaires qui ont vécu un stage « Immersion ...» avec moi, ces 15 dernières années :)
Ce lieu sera un stage géant de vie sauvage, d'ouverture du coeur et de constructions communes.

En ces temps où nous avons envie de **vivre autrement**, en accord avec nos valeurs de respect au Vivant, dans l'entre-aide interconnectée à tous les mondes : végétal, animal, minéral, humain... **créons Ensemble d'autres chemins possibles.**

Toutes les belles énergies motivées sont les bienvenues !

Le paradigme du lieu : se nourrir et s'épanouir à travers le lien au Vivant

Loin des voies de développement personnel, ici nous serons en conscience et nourris par le **lien de notre relation de groupe et le lien avec le lieu** que nous nourrirons.

Vivre ensemble des échanges bienveillants et nourrissants, dans l'ouverture du Coeur avec comme diapason la philosophie du lieu.
Être au cœur de l'**intelligence relationnelle**, prendre plaisir de prendre soin de chacun autant que de soi et nourrir ensemble des réflexions et actions communes.
Être dans la curiosité et l'envie d'apprendre, de partager... se laisser porter par l'expérience.

Ce lieu permettra les rencontres tout en expérimentant des constructions vivantes, bonifiantes, contribuant à un **mode de vie régénérateur pour le Vivant**.

Ces immersions **accueillent ceux.celles qui sont en chemin vers un monde plus harmonieux avec le Vivant**, **ceux.celles qui ont envie de franchir le pas et qui ont besoin de clarté et d'expériences afin de dissiper leur brouillard...** aller par-delà les nuages, ses nuages.

Je partagerai avec vous **l'histoire et le cheminement de la création du lieu**, **le mode de vie connecté au Sauvage**, mon expérience : les clés et réflexions de mes expériences traversées, à la fois dans les espaces sauvages de Scandinavie qui m'ont transmis et réactivé le fonctionnement au Vivant, mes voyages à la rencontre des personnes qui vivent en harmonie avec la Nature et tout ce que cela soulève chez elles (en constructif et en difficultés), mon mode de vie en nature, les réseaux alternatifs en France, etc...

Votre accueil

Les aménagements sur le lieu

Je suis parti d'un terrain nu (une prairie) pour créer le lieu.
Voici les aménagements essentiels qui furent construits :
- un accès au terrain et un parking
- une cabane – atelier avec des outils
- l'installation d'un système d'énergie autonome solaire
- une cuisine extérieure
- des toilettes sèches
- les jolies carabanes : la carabane de fée et la carabane Eden
- ma cabane en bois
- un jardin & verger... la plantation d'une centaine d'espèces végétales : arbustes et arbres fruitiers, plantes vivaces : aromatiques et médicinales.





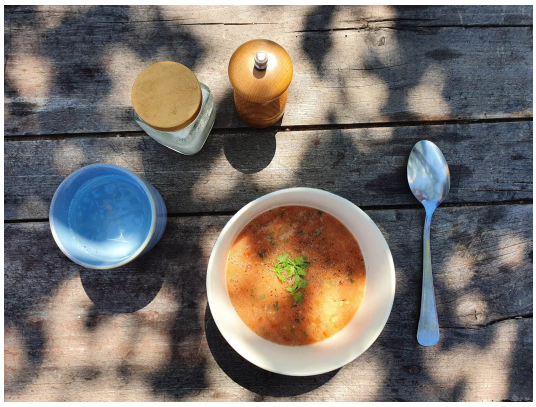
La cuisine extérieure

L'ancienne cuisine extérieure était sous une grande tente... mais elle fut détruite par une mini tornade.
Aujourd'hui, elle se trouve sous le haut vent de la cabane – atelier.
Elle dispose d'un mini frigo, d'une plaque de gaz, de la vaisselle pour cuisiner, un blender et un extracteur de jus.
La préparation des repas, la vaisselle, la préparation de jolies tables au quotidien, seront fait dans l'amour par chacun.e, tour à tour, selon une organisation collective... tel un jeu d'enfant ! :)

La nourriture

Une alimentation saine.
La cuisine est bio, végétarienne et sans gluten (ou très peu : utilisation de farines anciennes et de qualité)... **agrémentée de plantes sauvages.**
Les repas seront de qualité avec de bons produits Bio, nourrissants, en partie locaux (principalement fruits et légumes des maraicher.e.s du village), de bonnes huiles.

La préparation des repas et
de la vaisselle se feront dans la joie.



Les magasins sont à 45 min de route. Heureusement, nous avons une épicerie **bio au village et des maraichères bio... nous nous y approvisionnons afin de soutenir l'économie locale.**

Pour ceux.celles qui n'ont pas l'habitude de manger végétarien : ne vous inquiétez pas, les repas sont nourrissants et équilibrés. Cette expérience vous permettra de découvrir une alimentation saine enrichis de probiotiques naturels et de protéines végétales. Il y aura aussi du fromage et des œufs.

Les frais de nourriture par participant.e.s.

14€/jour comprend les repas du midi et du soir

Les petits déjeuner ne sont pas inclus et sont autonomes.

Le ptit déj étant autonome, il est à gérer par chacun.e, autant dans son organisation que concrètement... donc à vous d'acheter les produits dont vous aurez besoin pour le petit déjeuner et vos encas - goûters.
Aussi, il y a une boulangerie qui vient d'ouvrir à 900m du lieu.

Afin d'être dans un état de conscience optimal pour vivre cette expérience, les repas seront **sans alcool**.
Les repas seront agrémentés de chouettes boissons : kéfir pétillant, eau infusée à la menthe, eau gingembre, infusions de plantes...
Pour célébrer la fin de l'immersion, nous vivrons la dernière soirée telle une célébration. L'alcool, de manière mesurée, pourra être présent lors de cette soirée de célébration (nous pourrons organiser une petite cagnotte pour cet extra).

Pas de consommation de drogue. J'écris cela car la consommation de cannabis est très courante dans le secteur.
Pour les fumeur.se.s de tabac, nous vous demandons de fumer en dehors des espaces communs. Aussi d'être extrêmement vigilant.e.s à ne pas déposer de cendres incandescentes en cas de temps secs (éviter les risques d'incendie), de jeter votre mégot dans un contenant adapté.



Rythme des journées

Matin douceur & calme jusqu'à 10h, vous êtes autonomes

Il y a une vue magnifique sur les montagnes, une immense forêt, un ruisseau à quelques minutes de marche...
Tout cela est propice à la balade, la cueillette, la méditation, la lecture, à tout ce qui vous fera plaisir.
Inspirer le langage sauvage, lire (une bibliothèque fournies de livres sur l'immersion en nature, le sauvage, les plantes est à disposition), intégrer les échanges et enseignements de la veille, vous reposer, continuer à dormir parce que vous en avez tout simplement besoin...
Pour le **stage « Vivre plus proche de la Nature »**

Déroulement du stage... cf descriptif.

Soirée joli repas

20h : **dîner partagé & échanges**

21h30 : synergie apaisement, silence sur le lieu... vous pourrez continuer à méditer, observer les étoiles et les chauves souris, écouter le chant des chouettes, lire, dormir paisiblement, rêver...

Nuit zen

Hébergement

Pour votre dodo... en van, en tente, en carabane :

le cocon choisi	tarif	fourni
ton van	6€/nuit	
mon van	13€/nuit	oreiller, théière en fonte
ta tente	6€/nuit	
tente en prêt	10€/nuit	oreiller
carabane de fée	20€/nuit	oreiller et couette, théière en fonte
carabane Eden	30€/nuit	oreiller et couette, théière en fonte – kichenette perso

Si tu as un **van** aménagé : un van peut être garé sur le fond du parking (enherbé) du lieu.

Si tu dors en **tente** : tu pourras installer ta tente (petite tente d'une ou deux places) sur un endroit plat sur le terrain.

Si tu veux expérimenter un mini-habitat mignon et confortable (voir descriptifs plus loin) :
- mon van aménagé (celui avec lequel j'ai vécu mes immersions) avec **un couchage une place**
Il est garé sur le fond du parking (enherbé) du lieu.
- la **carabane de fée** (espace de 4,5m2) avec **un couchage une place**
- la **carabane Eden** (espace de 8,5m2) avec **un couchage deux places**

Pour les tentes en prêt, mon van aménagé et les carabanes, il y a un oreiller. Pour les carabanes, vous aurez une couette.
Il faudra apporter votre sac de couchage et.ou votre drap housse - housse de couette – taie d'oreiller, votre linge dont votre serviette de douche.
Pour les tentes, il vous faut apporter votre **matelas de sol** (y compris pour la tente que je prête)

Les nuits peu être encore bien fraiches. **Apporter de quoi bien dormir au chaud !**

Il est nécessaire de venir avec peu d'affaires (un sac à dos) car les espaces sont petits, y compris dans les carabanes.






Accès parking

Selon le nombre de participants et de voitures, il n'y aura peut-être pas suffisamment de place sur le parking. Dans ce cas, une partie des véhicules seront garés à quelques centaines de mètres de là (5 à 10 min de marche). Dans tous les cas, vous pourrez venir décharger-charger vos affaires en amenant votre véhicule jusqu'au lieu à votre départ – arrivé de l'immersion.

Douche et les produits pour l'hygiène

Il y a une **douche into the wild**, au bord de la forêt du terrain.
C'est un sytème très sobre : un seau d'eau, un bol pour vous arrosez, un endroit caché par de la canisse.
Il est possible d'avoir de l'eau chaude les jours de soleil, lorsque la douche solaire et le tuyau d'eau ont captés la chaleur du soleil. Sinon, ce sera de l'eau fraiche.
Se laver dans la nature, à l'eau fraiche, dynamise le corps et nettoie l'esprit :)

Le système épuration actuelle est la pédo épuration.
C'est à dire que notre eau de douche arrose directement les arbres.
Il est donc essentiel d'utiliser uniquement des produits naturels.
Il vous faut donc prévoir :

- savon 100% naturel
- dentifrice naturel ou fait maison ou marque Weleda est ok
- shampooing 100% naturel
- crème solaire 100% naturel

Si tu n'as pas l'habitude, où trouver ces produits ?
Les savons et dentifrices se trouvent facilement dans les magasins bio, parfois même les shampooing voire

après-shampoing solides. Vous pouvez aussi trouvez ces produits sur internet : je vous conseille Aroma zone et Comme avant (notamment pour les crèmes solaires).
Si vous souhaitez bénéficier de -20% sur votre commande « Comme avant », je peux vous parrainer.

Hypersensibilité...
une invitation à l'attention et à la soustraction des bruits

Etant hypersensible moi-même, je suis attentive à cela (même si je n'aime pas employer ce terme, car du point de vue des personnes dotées d'une grande sensibilité... nous vivons dans un monde hyposensible).

L'hyperacousie est une hypersensibilité de l'ouïe. Que cela soit l'hyperacousie comme le développement des autres sens (dont le sixième), cela peut être considéré comme un don (comme chez Spiderman ! ;) ou comme une « anomalie » ou « pathologie » au sein d'une société qui sature de bruits, d'odeurs, de visuels, d'informations.
Les personnes qui captent les sons même lointains, les odeurs jusqu'à déceler des émotions, les caractéristiques des plantes, les personnes très sensibles au toucher... sont souvent des poètes, créateur.trice.s, des personnes très attentives aux autres, des lanceurs d'alerte aux toxicités, etc...
Les immersions dans la Nature réveillent nos sens car ils sont des capteurs réels et fondamentaux de notre perception du monde.
Par l'expérience sur ce lieu, durant ces quelques jours ensemble, votre attention, vos sens et votre sensibilité sont développés. Aussi bienvenu.e.s aux ultra, hyper, méga sensibles... vous ne vous sentirez pas seul.e.s :)

Pour vivre dans un lieu où l'on peut entendre les oiseaux et les chants de la Nature, où l'on peut se ressourcer parce qu'il n'y a pas de source de nuisances sonores (même si nous ne sommes pas à l'abri d'un jour où le voisin passe la tondeuse), nous serons attentifs de préserver à la fois les nuits et matins silencieux.

Pour cela, nous mettrons les téléphones seront en **mode silencieux** et seront attentifs d'éteindre toute autre source sonore.
Les **téléphones** : sur le lieu, on se déconnecte de la « pensée – téléphone » afin de vivre un temps,**« en dehors du temps »** des horloges et des pensées renouvelées par notre relation aux Éléments.

Si vous avez besoin de téléphoner, il sera nécessaire de le faire en-dehors du lieu et des temps communs, afin de préserver la qualité d'attention et de reliance sur le lieu.
Je vous encourage même de tenter l'expérience d'éteindre votre téléphone (en prévenant vos proches) durant ces jours immersifs afin de vivre un état de présence plus amplifié.
Lors de mes stages, nous éteignions tou.te.s nos téléphones et les personnes sont surprises de ressentir à quel point leurs pensées sont plus zen, leur état plus attentif, et leur relation au temps plus étirée... aussi elles vivent un fort apaisement du mental.

Animaux domestiques

Sur le lieu est venu Roméo, le chat amoureux.
Il est ultra sensible et peureux. Il a besoin de sécurité.
Nous ne pouvons donc pas accueillir d'autres animaux domestiques.



Le jardin

Planter des plantes, des arbustes, des arbres...
Je rêve de planter encore et encore des plantes médicales, aromatiques, arbres fruitiers et des roses à la mémoire d'un ami qui était amoureux d'elles.
Mes grands-parents étaient paysans et j'ai passé toutes mes vacances chez eux... aux champs, aux bois, au jardin.
Cette année, ma grand-mère, ma maman de cœur, s'en est allée. Je souhaiterais que le lieu soit baigné dans des milliers de fleurs.



N'hésitez pas à apporter vos plantes ;)
Si vous avez un jardin et que **vous avez la possibilité de bouturer, de faire des semis avant votre venue ou de prélever une partie de la plante... venez avec elles... nous les marierons au lieu.**
Des plantes perpétuelles qui résistent à des -15° pour l'hiver comme à des 40° pour l'été.

Responsabilité civile

Il est obligatoire d'avoir une **Assurance Responsabilité Civile** en règle.
Être en bonne santé et être en bonne forme est un pré-requis.

Photographie

Comme vous le savez, je suis photographe écrivaine, et je transmets la relation au Sauvage notamment par mes livres, articles, etc...
Durant ces rencontres, je réaliserai également des photographies afin d'inscrire nos mains entre-mêlées dans la construction concrète, nos sourires, nos échanges, nos constructions. Vous connaissez mon travail... il transmet l'interconnexion.
Les prises de vue seront discrètes, complices et réalisées dans le Beau. Afin de faciliter la fluidité des images et leur futures transmissions (bien que très peu de photographies finissent par être publiées), je vous demande, comme en stage, de bien remplir l'autorisation (qui se trouve à la fin de ce document) et de me la renvoyer remplie et signée par mail avant votre arrivée. Merci.
En cas de photographie avec des plans serrés sur les visages... je publie uniquement les photographies où chacun.e se sent beau ;)

La plupart d'entre vous suivent ma démarche et mon travail depuis longtemps. Cependant, pour ceux qu'ils la découvrent, je vous invite à lire sur mon site, la rubrique « ma démarche ».

Ce document contient les informations claires du mode de vie sur le lieu afin de venir avec l'enthousiasme.

Au plaisir de vous rencontrer...
À bientôt

avec Amour

Cindy

Comment venir jusqu'au lieu ?

Dans un premier temps, vous pouvez étudier votre trajet pour aller jusqu'au **village de Massat 09320**.
Puis, lorsque vous vous inscrirez je vous enverrai les indications pour venir jusqu'à « Par delà les nuages ».
Le terrain se trouve à 4 kilomètres du village, il est accessible en voiture.

En train
Les gares les plus proches sont à Saint Girons 09200 ou à Tarascon-sur-Ariège 09400.
Si vous venez d'un grand axe, vous prendrez certainement le train jusqu'à Toulouse puis jusqu'à Saint Girons.
Depuis St Girons, des navettes pour venir à Massat → TAD (transport à la demande) attention, il faut réserver
Sinon depuis St Girons, la route est un axe bien emprunté et le stop fonctionne très bien en journée (dimanche à éviter).
Pour les navettes TAD (transport à la demande), un seul tarif : 2€ : certains jours possibles, se renseigner des horaires. Réservation par téléphone 05 34 14 01 72 du lundi au vendredi 14h-17h

Équipement à apporter

Vêtements chaud/froid :
Nous sommes à 800m d'altitude au cœur des Pyrénées. Nous pouvons avoir des températures très douces en journée, comme des sécheresses très chaudes en été. Parfois, des températures qui se ressentent froides par jour de pluie. Des nuits souvent fraiches.
Alors, il vous faut prévoir des **vêtements adaptés au chaud ET au froid** (et oui, même une doudoune pour le soir), pour la pluie, afin de vous sentir bien, que votre équipement soit adapté au lieu.

- chapeau, lunettes de soleil et crème solaire
- bonne polaire et doudoune pour les soirées fraiches
si vous avez une couverture de sol, ce sera le bien venu pour nos soirée au coin du feu extérieur.
- parapluie, bottes si vous avez (et oui quand il pleut, cela vous sera utile) je peux prêter une paire pointure 37

pour votre couchage et vie sur le lieu :
- votre sac de couchage, votre oreiller, votre linge, votre produits d'hygiène 100% naturel, votre couteau, votre bol ou autre récipient de votre petit déjeuner, votre thermo ou bouteille pour votre boisson de la journée.
- une lampe (torche ou frontale...)

Toutes **vos affaires personnelles doivent tenir dans un sac** à dos afin de pouvoir rentrer dans votre abri de couchage... y compris si vous logez dans une carabane.

Pour nos actions jardinage – petites constructions :

Équipements et protection individuelle :
- gants de travail et-ou jardinage
- chaussures fermées et vêtements de travail pouvant être salis

Si vous avez des outils... ce serait super de les apporter !
J'ai les outils de base mais en un seul exemplaire. En faisant des binômes ou trio... nous serons plus efficaces avec plusieurs visseuses-perceuses.
Donc si vous avez une visseuse-perceuse, scie à main, hache... apportez-les !

Cindy JEANNON
Auteur Photographe
8 allée des coudraies
55000 Bar-le-Duc

Siret : 519 921 225 00024

PROTOCOLE D'ACCORD
Autorisation d'utilisation de photographies

Nom :
Prénom :

Adresse :
Ville :
Pays :

Je soussigné.e donne le droit à Cindy Jeannon d'utiliser les photographies (où je suis présent.e sur image) réalisées par Cindy Jeannon ou un des membres du chantier.
Cindy Jeannon pourra utiliser ces images à son gré pour informer sur le lieu de vie, sur les modes de vie alternatif (livres, magazines, pages facebook, sites internet).
Je m'engage à ne pas demander de contrepartie financière pour l'utilisation de ces images.

Ajoutez la mention « lu et approuvé »

Fait à le

Signature

Documents à renvoyer scannés par mail : photo@cindyjeannon.com