

Un stage du Kerfad

Découvrir et pratiquer l'entraînement mental

du 15 au 18 juillet 2014

(de mardi 11h à vendredi 17h)

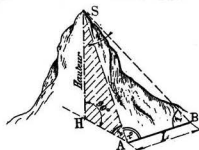
Au Champ commun à Augan (56)

Hébergement et repas sur place.

Participation : 700 € dans le cadre de la formation continue (devis et programme à transmettre à votre employeur sur demande), pour les situations particulières, nous contacter directement.

Animation : Claire Aubert, Christian Lamy
Organisation : Yoann Miloux

Inscriptions et/ou renseignements :
ateliers@kerfad.org ou 06 81 16 55 57



Bulletin Kerfad

#3

Qu'est-ce que l'entraînement mental ?

- une méthode transmise par Peuple et culture, inventée par Joffre Dumazedier et bonifiée par ceux qui la transmettent depuis, pour se repérer dans ses chemins de pensée, "rapprocher les savoirs ordinaires et les savoirs savants" en donnant une place aux non-savoirs (opinions, intuitions, rapprochements, ignorances...),
 - une pratique qui s'adresse à tous, sur la seule base de la curiosité et de l'envie de changer ses habitudes,
 - une gymnastique de la tête (comme on entretient son corps, on entretient sa pensée),
 - une pratique pour travailler sérieusement sans se prendre au sérieux,
 - c'est expliqué par Charlotte Herfray dans *Penser vient de l'inconscient* (éd. Eres, 2012),
 - c'est un groupe de formateurs porté par le réseau des Crefad : www.reseaucrefad.org
 - c'est travaillé par d'autres groupes, structures, personnes : www.entrainement-mental.info
- et ça se découvre en se pratiquant !