



 **fondacio**

# 1, 2, 3... Nez rouge !



**POUR TOUS**

Un parcours pour tous ceux qui souhaitent  
(re)découvrir leur enfant intérieur  
et explorer leurs propres ressources !

**7 SAMEDIS D'OCTOBRE À JUIN  
+ 1 WEEK-END EN AVRIL  
L'ERMITAGE - VERSAILLES (78)**



Plus d'infos  
et inscription en ligne



**fondacio.fr**



POUR TOUS

# 1, 2, 3... Nez rouge !

(Re)découvrir votre enfant intérieur  
et explorer vos propres ressources

C'est quoi ?

Ce parcours a pour but d'**apprendre à se découvrir** avec le soutien et la complicité du groupe, **prendre le risque de l'inconnu**, voir de l'incongru... **Laisser jouer** en nous ombres et lumières, faire danser légèreté et profondeur.  
Animé par Odile Foch, permanente émérite et gestalt-thérapeute.

Pourquoi ?

Le but de la session, c'est de :

- S'offrir un espace de **re-création** pour découvrir de nouvelles ressources intérieures
- Élargir la palette de ses **émotions**, suivre le filon de son imaginaire, laisser jaillir l'expression qui naît dans l'instant
- Découvrir l'**état de jeu** pour de nouvelles fluidités dans le contact avec soi, l'autre et l'environnement
- Gagner en **liberté intérieure**, en responsabilité personnelle, en goût de la vie

Infos pratiques

📅	Sam. 11 octobre 2025	Sam. 7 février
	Sam. 8 novembre	Sam. 7 mars
	Sam. 6 décembre	WE du 11/12 avril
	Sam. 10 janvier 2026	Sam. 13 juin

📍 Tiers-lieu de l'Ermitage - Versailles (78)  
✉ Odile FOCH - 06 19 02 86 81  
o.foch@fondacio.fr



Suivez-nous sur les réseaux  
@fondaciofrance

