



Calendrier Été – Automne 2020





- Du 14 au 26 Juin
Géo-poétique



- Du 27 Juin au 04 Juillet
Plantes microbiote & santé



- Du 08 au 18 Juillet
Voilier & rando



- Du 20 au 25 Septembre
Yoga & rando



- Du 28 Septembre au 04 Octobre
Ateliers artistiques - Chant



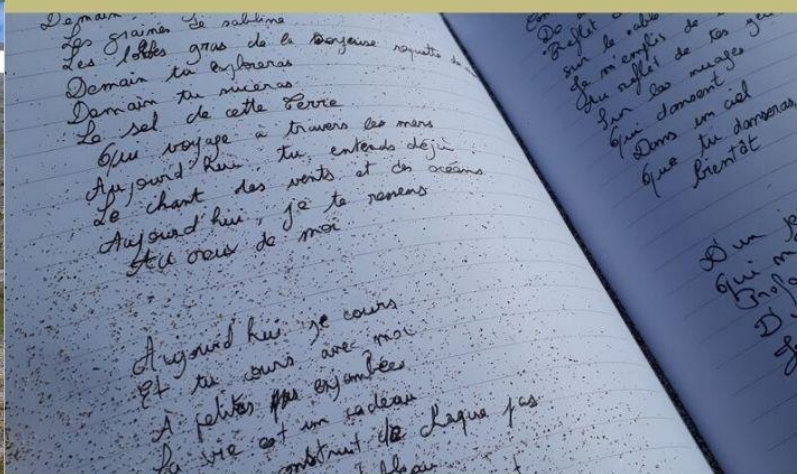
- Du 04 au 10 Octobre
Ateliers artistiques - Land Art



ISLANDE
FJORDS DU NORD OUEST

SÉJOUR GÉO-POÉTIQUE

Du 14 au 26 Juin 2020



1900 € (HORS AÉRIEN)

Terres d'encre vous propose un séjour géo-poétique dans les fjords islandais

Découvertes, balades, baignades et écriture dans l'Ouest de l'Islande

Quelques jours d'itinérances poétiques

Une semaine au camp de base des Elfes

Immersion dans la nature et bains chauds

Vie de village et océan

Entre fermes et bateaux de pêche

Dégustations

Ecriture et lectures



Frédérique de Carvalho

Frédérique de Carvalho vit et travaille dans les Alpes de Haute Provence.

Après avoir été éducatrice justice et enseignante spécialisée, elle se consacre depuis plus de quinze ans au partage de l'expérience d'écriture par le biais d'ateliers d'écriture, de stages de création littéraire et de stages de marche-écriture qu'elle anime au sein de l'association Terres d'encre qu'elle a co-créée en 1998.

En parallèle elle forme des animateurs d'ateliers d'écriture « tous publics » et pour publics « spécifiques », notamment dans le cadre de la psychiatrie.

Le Monde des Elfes - Lisa Claire Haye
Drafnargata 17
425 Flateyri
Islande

06.86.06.19.97
lisa.haye@orange.fr
www.lemondedeselfes-flateyri.com



N° TVA - 132993
Heimagisting - HG-00005802



ISLANDE
FJORDS DU NORD OUEST

SÉJOUR PLANTES, MICROBIOTE ET SANTÉ

Du 27 Juin au 04 Juillet 2020



1900 € (HORS AÉRIEN)

Aline Mercan, Médecin ethnobotaniste, phyto-nutritionniste vous propose de découvrir les **plantes islandaises** et leurs usages ainsi que les nombreuses **préparations fermentées** aux vertus probiotiques développées par la culture islandaise.

Skyr, hákarl, rugbraud, hangikjöt, skata, hrútspungar, harðfiskur

découvrez derrière ces noms mystérieux différentes techniques de fermentation et leurs effets sur la santé.

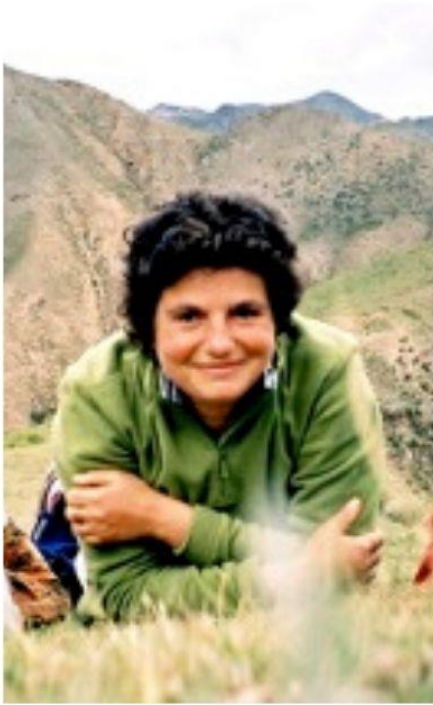
Nous ramasserons ensemble les plantes et les cuisinerons tout en fabriquant et en testant différents **probiotiques naturels** avec les produits locaux.

Aline Mercan

Médecin généraliste et docteur en anthropologie bio culturelle. Elle participe à la création d'un réseau transdisciplinaire avec botanistes, ethnoécologues, ethnobotaniste, pharmacologues, juristes et thérapeutes.

Son premier axe de recherche est l'anthropologie de l'action l'humanitaire. Elle s'est intéressée aux activités d'ONG œuvrant au Tibet et a évalué des actions de développement sanitaire en Mongolie et Tunisie.

Son deuxième axe de recherche est centré sur les pharmacopées des CAM et des « médecines traditionnelles », à travers une approche combinant ethnobotanique, anthropologie du (phyto)médicament et anthropologie des sciences.



Le Monde des Elfes - Lisa Claire Haye
Drafnargata 17
425 Flateyri
Islande

06.86.06.19.97
lisa.haye@orange.fr
www.lemondedeselfes-flateyri.com



N° TVA - 132993
Heimagisting - HG-00005802





ISLANDE
FJORDS DU NORD OUEST

SÉJOUR VOILIER & RANDO

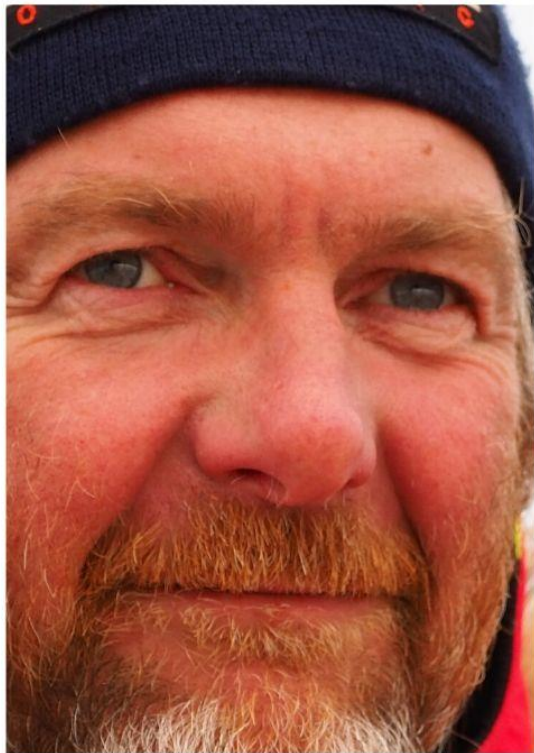
Du 08 au 18 Juillet 2020



2150 € (HORS AÉRIEN)

Aszul expéditions et Le monde des Elfes vous proposent
un séjour voilier & rando dans les fjords islandais

Découverte des Fjords sauvages du Nord-Ouest, à pied et en voilier
Trois nuits à bord de Gryning, un confortable voilier de 17 mètres
De belles randonnées entre mer et hauts plateaux
Des bains chauds pour se détendre dans des cadres d'exception
Une immersion dans de petits villages de pêcheurs
Un camp de base chaleureux et convivial



Aszul expédition Stéphane Giudicelli et le Gryning

Stéphane Giudicelli et son voilier, le Gryning ont jeté l'ancre en Islande, dans les fjords du Nord-Ouest.

Après une carrière dans la marine française, Stéphane a décidé de partir explorer les eaux boréales. Chaque été il navigue le long de la côte Est du Groenland et vit le reste de l'année dans un petit village des fjords d'Islande, Flateyri. Il y profite des plaisirs de la montagne et de la mer.

Le Monde des Elfes - Lisa Claire Haye
Drafnargata 17
425 Flateyri
Islande

06.86.06.19.97
lisa.haye@orange.fr
www.lemondedeselfes-flateyri.com



N° TVA - 132993
Heimagisting - HG-00005802





20-25 (OU 27) SEPTEMBRE 2020 STAGE DE YOGA EN ISLANDE

Yoga et randonnée au Pays des Elfes



ENEZ VIVRE UN VOYAGE INTÉRIEUR ET VOUS RECONNECTER À VOUS MÊME.
UNE IMMERSION DANS LA NATURE DES FJORDS ISLANDAIS, HORS DU TEMPS.



SÉJOUR : À PARTIR DE 1550 CHF (1400 €)*

* Vols non compris

AU PROGRAMME

Nomad Yoga et le monde des elfes s'associent pour vous offrir un séjour unique dans les fjords du nord-ouest de l'Islande dans un petit village au bord de l'eau et au pied des montagnes. Cette année, possibilité exceptionnelle de prolonger de 24h pour participer aux festivités du Rétir 2020, le grand rassemblement des moutons.

YOGA, RESPIRATION, MÉDITATION : Deux sessions par jour en petit groupe, pour développer ou approfondir une pratique individuelle et profiter d'une attention exclusive.

RANDONNÉE, TOURISME ET BAINS THERMAUX : En alternance selon les jours, la météo et vos envies, visites touristiques, balades, randonnées à la journée ou encore baignades dans la chaleur bienfaisante des piscines chauffées par l'hydro-électricité.



Informations & Inscriptions :
gaellelaroque@hotmail.com

UN YOGA POUR TOUS, À EMPORTER PARTOUT AVEC SOI



L'ORGANISATEUR



UN YOGA POUR TOUS, À EMPORTER PARTOUT AVEC SOI



Gaëlle Laroque offre un accompagnement individualisé en petits groupes à travers des cours de yoga hebdomadaires à Genève ainsi que des ateliers et des stages. Formée à l'enseignement de différents styles de yoga, elle souhaite vous aider à trouver une pratique qui vous convienne et à la construire peu à peu d'où le concept de NOMAD YOGA



Informations & Inscription :
gaellelaroque@hotmail.com
fb.me/MyNomadYoga

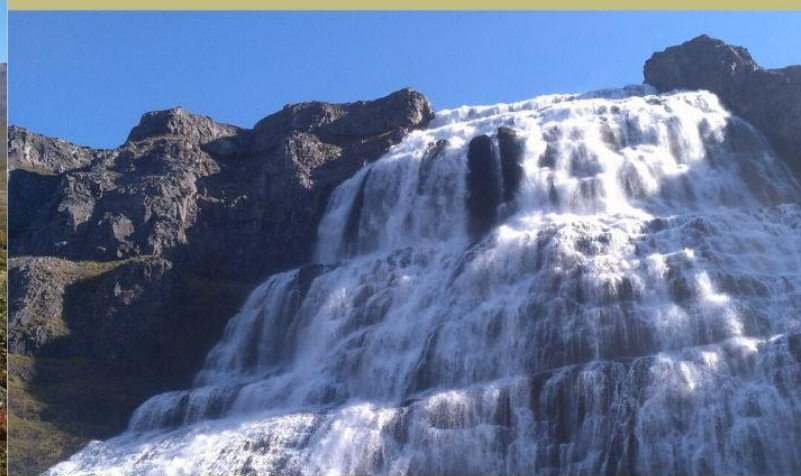




ISLANDE
FJORDS DU NORD OUEST

SÉJOUR CRÉATION ARTISTIQUE CHANT

Du 28 Septembre au 04 Octobre 2020



1800 € (HORS AÉRIEN)

Natacha Mallet, Orthophoniste & professeure de chant, vous propose un séjour de

« *Chants du monde et chant improvisé - en intérieur et en nature* »

"Le matin, nous commencerons par un échauffement corporel et vocal et nous apprendrons un chant à plusieurs voix. Plusieurs chants en diverses langues seront prévus.

Nous nous appuierons sur des outils de technique vocale et des jeux vocaux pour développer l'écoute, peaufiner l'interprétation et aller vers le plaisir du chant à plusieurs : le bonheur de sentir les vibrations, la beauté des voix qui s'entremêlent. L'après-midi, nous prendrons un temps pour sortir en nature et chanter en lien avec les éléments. Nous démarrerons par un temps de marche, d'écoute, de pratiques contemplatives avant de laisser les voix se mêler aux sons environnants : bruits de cascade, d'oiseaux, du vent, ...

Un temps de chant improvisé, inspiré par les paysages des fjords de l'Ouest islandais, en dialogue avec les bruits de la nature, et un temps pour reprendre les chants appris le matin.

Les jeux vocaux déjà expérimentés faciliteront l'accès à l'improvisation."

Natacha Mallet



Je suis orthophoniste et professeure de chant et de technique vocale à Guillestre, Hautes-Alpes.

J'ai suivi la formation Chant Voix et Corps avec Emmanuelle Trinquesse.

Les cours collectifs que je donne s'articulent autour du chant polyphonique, de la technique vocale et de jeux vocaux, que je souhaite transmettre avec enthousiasme et bienveillance.

Parallèlement à mon amour du chant, je me passionne pour les pratiques corporelles comme la danse, le Mouvement Authentique et le Qi-gong, qui sont des sources d'inspiration dans mon approche de la voix. Ces pratiques peuvent soutenir et faciliter le chant improvisé.

Le Monde des Elfes - Lisa Claire Haye
Drafnargata 17
425 Flateyri
Islande

06.86.06.19.97
lisa.haye@orange.fr
www.lemondedeselfes-flateyri.com



N° TVA - 132993
Heimagisting - HG-00005802



ISLANDE
FJORDS DU NORD OUEST

SÉJOUR CRÉATION ARTISTIQUE LAND ART

Du 04 au 10 Octobre 2020



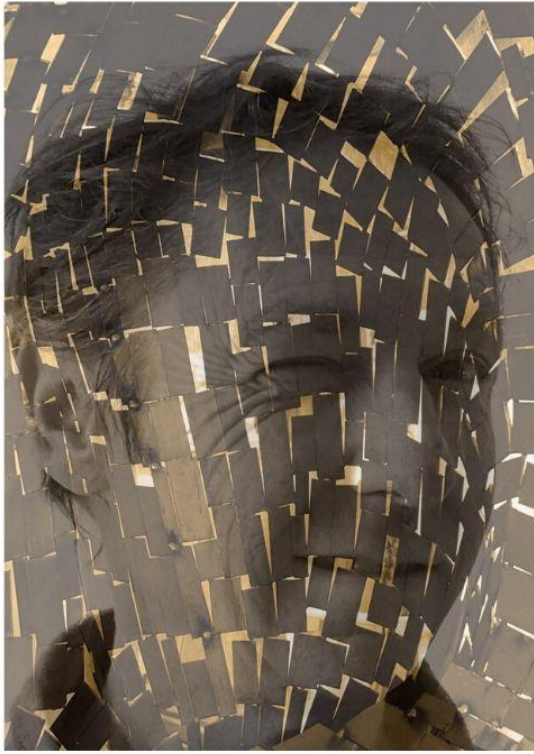
1800 € (HORS AÉRIEN)

Christian Burger, Artiste sculpteur, vous propose un atelier de
« Land Art », une immersion dans le fjord, dans les éléments :

"Nous irons nous imprégner, nous promener, contempler, pour ensuite isoler, poser le regard, mettre l'accent sur un petit morceau de cette Terre. Chacun patouillera, déplacera la terre, la pierre, le végétal, pour apporter sa propre sensibilité, sa poésie à ce tableau de la nature.

Nous passerons la majeure partie de cette semaine dans le fjord à créer, à nous balader, nous chercherons les plus belles lumières pour photographier nos œuvres. Je vous propose parallèlement un atelier fusain et une initiation à la taille de pierre. Nous pourrions également rendre visite aux artistes locaux, nous partagerons nos expériences artistiques à l'aide de projections photos...

Nous vivrons art et nature pendant une semaine."



Christian Burger

Après avoir passé mon enfance dans les ballons vosgiens, je vis et travaille dans les Hautes-Alpes. Je suis artiste sculpteur et accompagnateur en montagne.

Amoureux de la nature, de la montagne, mon travail a un lien direct avec celles-ci. C'est pour moi une source d'inspiration majeure et j'aime travailler ses matériaux nobles, tels que la pierre, le bois, la glace, la neige et le fer. Je cherche à la représenter dans mes sculptures, tout en délivrant un message qui prône sa préservation.

Le Monde des Elfes - Lisa Claire Haye
Drafnargata 17
425 Flateyri
Islande

06.86.06.19.97
lisa.haye@orange.fr
www.lemondedeselfes-flateyri.com



N° TVA - 132993
Heimagisting - HG-00005802

