

Penser et agir dans la complexité

FORMATION DÉCOUVERTE DE L'ENTRAÎNEMENT MENTAL

12 au 17 avril 2026

La Chaise-Dieu (43)



Formation ouverte à tous et toutes
animée par l'association **la Brèche**

Pour les coûts et modalités de prise
en charge : nous contacter.

Aucune situation ne constitue un
obstacle à la formation tout au long
de la vie : nous contacter.

cchampouillon@la-breche.fr
06 33 97 39 45



Pour s'exercer collectivement à l'agilité et à la souplesse. Pour conscientiser nos habitudes de pensée. Pour sortir de nos routines. L'entraînement mental est une méthode, comme une invitation à l'entraînement de la pensée et à l'engagement dans l'action. C'est un cheminement, fait de questionnement et de raisonnement, en vue de penser par soi-même, avec d'autres.

Une possibilité d'utiliser une méthode de résolution efficace, une démarche qui vise l'émancipation de la pensée à l'égard des conditionnements qui la brident.

La découverte des différents mécanismes de pensée et d'action sera favorisée, essentiellement à partir des situations concrètes amenées par les personnes présentes.

Le travail de ces situations, issues de nos vies quotidiennes, militantes et/ou professionnelles, afin de dégager des interrogations, des analyses et des perspectives d'actions concrètes et opérationnelles permettra de s'entraîner.

Infos et inscriptions :

cchampouillon@la-breche.fr - 06 33 97 39 45