



Amma
France™

Programmes
et activités en **France**

OCTOBRE 2025 — SEPTEMBRE 2026



3 **Message** de Swamini Amritajyoti

4 **Amma** et ETW

- 4 Amma
- 5 Embracing the World
- 6 ETW-France
- 7 Les centres en France

8 **Activités** en France

- 8 Participez
- 9 Activités spirituelles
- 11 Activités solidaires
- 12 Activités écologiques
- 13 Activités jeunesse
- 14 Calendrier 2025-2026

19 **Contacts**



Message de Swamini Amritajyoti

REPRÉSENTANTE D'AMMA EN FRANCE

PRÉSIDENTE D'ETW-FRANCE ET DE LA FÉDÉRATION VÉDIQUE DE FRANCE



OM

Bonjour à toutes et tous,

La saison 2025-2026 débute avec l'immense joie de la venue d'Amma. Quelle chance inouïe !

Cette nouvelle saison se doit d'être dans la continuité de la nourriture spirituelle que nous avons reçue. En ce sens, voyez les programmes des 2 centres Amma, avec aussi la possibilité de retraite hors programme dans ces lieux de ressourcement.

De mon côté l'année sera axée sur les échanges à propos de mon livre « Le Bonheur est une Décision », et l'étude approfondie du yoga sutra de Patanjali.

Notre monde est souffrant, il s'agite et s'accélère. Beaucoup peuvent ressentir le besoin vital de se recentrer, de retrouver des espaces de calme, de ressourcement, des lieux où l'on peut trouver un cadre soutenant et se poser. Nous avons aussi besoin d'élan, d'enthousiasme, pour mettre de l'énergie et de la joie dans nos journées. Et plus que jamais, nous avons besoin de liens. Rejoignez-nous pour une année de partages, de croissance et de moments forts vécus ensemble.

Lokah samasta sukhino bhavantu, soyons tous heureux et source de joie pour les autres.

Chaleureusement,
Swamini Amritajyoti Prana

Amma



Amma est une figure spirituelle et humanitaire qui consacre sa vie à transmettre son message de paix, de tolérance et de compassion à travers le monde.



Dès son plus jeune âge, animée d'un immense amour pour l'humanité, Amma vient en aide à toutes les personnes en souffrance qu'elle rencontre.

Elle leur apporte nourriture, soins et vêtements et commence à les étreindre pour les consoler. Cette étreinte nommée "*darshan*", elle n'a jamais cessé de la prodiguer. Depuis plus de trente ans, elle a étreint 40 millions de personnes et a motivé des milliers de gens à la suivre sur la voie du service désintéressé.

Amma donne des programmes publics gratuits sur les 6 continents et dans 19 pays. Dans ses enseignements, elle dispense des paroles de sagesse pour nous guider sur le chemin de l'épanouissement personnel et des conseils pour faire face aux problèmes majeurs de notre temps. Qu'il s'agisse du changement climatique, du terrorisme, des tensions

interculturelles, de la pauvreté ou des droits de la femme, Amma invite chacun d'entre nous à s'engager dans un processus de reconstruction d'une société responsable et altruiste.

* Amma est titulaire de nombreux prix et récompenses, notamment le **Prix Gandhi-King** pour la non-violence en 2002.

* Elle donne de nombreux discours à travers le monde : Organisation des Nations Unies, Université de Stanford, Parlement des Religions, Sommet des Consciences...

* En 2023, Amma préside le C20, branche civile du Sommet du G20. Pendant un an, le C20 est chargé d'élaborer et de transmettre aux dirigeants mondiaux les recommandations de la société civile en faveur de la justice sociale, des droits humains et du développement durable.





Embracing the world

Embracing the World (ETW) est un réseau international d'organisations humanitaires inspiré par le Mata Amritanandamayi Math, ONG indienne fondée par Amma, ayant un statut spécial de consultant aux Nations Unies.

Sa mission est d'alléger le fardeau des plus démunis dans le monde entier : éducation, santé, égalité des genres et autonomisation des femmes, protection de l'environnement, nourriture, eau et logement. ETW œuvre également dans les domaines du développement rural et aide les populations à la suite de catastrophes naturelles majeures.

Son université a obtenu deux Chaires UNESCO : «Égalité des genres et l'autonomisation des femmes» et, «Innovation et développement durable : Apprendre par l'expérience». En 2022, le plus grand hôpital privé de l'Inde, de 2 600 lits et 81 spécialités, est inauguré par le Premier ministre indien, à Faridabad, près de Delhi.

* **10 millions**
de **repas servis annuellement**
et **47 000 logements** construits
en Inde

* **5,9 millions**
de **patients traités**
gratuitement
depuis 1998 à l'hôpital AIMS
de Cochin

* **Aide financière**
à **250 000 femmes** créatrices
d'entreprises et **100 000**
pensions à vie

* **Plus de 6 millions**
d'**arbres plantés** dans
le monde dans le cadre de
la campagne pour 1 milliard
d'arbres des Nations Unies

* **30 millions**
de **bénéficiaires à travers**
le monde depuis 1981



ETW–France

Depuis plus de 20 ans, de très nombreuses personnes, inspirées par Amma, ont souhaité pratiquer ensemble et tenter d’incarner son message et ses valeurs.

Des projets multiples ont émergé de cette volonté, ainsi que 2 centres situés près de Chartres et de Toulon. L’association ETW–France est la branche française des actions d’Amma à travers le monde. Elle réalise des actions humanitaires, sociales, culturelles, éducatives et environnementales, contribuant à l’amélioration de la condition humaine et adaptées au contexte de notre pays.

* **2 centres Amma**
avec plus de 130 programmes par an

* **Environ 40 groupes locaux**

* **Un fonds de dotation**

* **Près de 28000 heures**
de bénévolat en 2024

2 centres spirituels, lieux de pratique, de vie et de travail sur soi

Ils proposent un large panel d’activités inspirées du message de paix et d’ouverture d’Amma, afin de permettre à chacun – quelque soit son genre ou son origine – d’être accompagné dans sa recherche d’harmonie avec soi-même, les autres et la nature.

Que ce soit pour la journée, un week-end, une semaine, un mois ou plus, il est possible tout au long de l’année de venir faire l’expérience d’un mode de vie communautaire au service des valeurs d’accueil, de solidarité, de confiance en soi.

Les centres Amma fonctionnent uniquement avec le bénévolat (le « seva ») et c’est la participation chaque année de centaines voire de milliers de personnes qui permet de faire vivre ces lieux. Ils offrent des cadres particulièrement propices à la démarche spirituelle et soutiennent celui qui recherche l’essentiel. Avec des salles de méditation accessibles 24h sur 24, une bibliothèque, des jardins aménagés..., ils aident à développer une force intérieure permettant de prendre du recul par rapport aux difficultés de la vie et sont les lieux de tous les apprentissages, de l’actualisation de tous les talents, et l’opportunité de découvrir un authentique « mode d’emploi de la vie » menant au contentement et à la gratitude.



La Ferme du Plessis

Ancien manoir seigneurial du 13^{ème} siècle, la Ferme du Plessis est constituée de plus de 3000 m² de bâtiments entourée de 20 hectares de terrain. Située à Pontgouin, à 120 km de Paris, cette ferme fortifiée est restaurée depuis 2002 dans le respect du patrimoine et aménagée en site écologique modèle. Le centre est un lieu vivant animé par plusieurs dizaines de bénévoles, principalement habitant dans le voisinage immédiat. Il fonctionne avec une gouvernance participative qui permet l'engagement de chaque personne qui souhaite pratiquer le seva, le service désintéressé.

Siège de l'association et du fonds de dotation ETW-France, le lieu accueille une cinquantaine de retraites, de formations et de rencontres chaque année. Le Centre offre un lieu propice à la démarche spirituelle et il est possible d'y séjourner à tout moment pendant quelques jours ou plusieurs mois.

Les enseignements réguliers de Swamini Amritajyoti Prana, les pratiques spirituelles quotidiennes, différents ateliers en semaine, l'apprentissage des bhajans, les échanges, ainsi que la bénédiction d'Amma, apportent le meilleur des soutiens spirituels au cœur de ce monde du 21^{ème} siècle et l'opportunité de découvrir un authentique « mode d'emploi de la vie » menant à la joie et au service de la société.

Les 2 centres en France



Lou Paradou

Le Centre Amma Lou Paradou est un lieu de ressourcement depuis 12 ans. Ancien moulin du 14^{ème} siècle au bord de la rivière le Caramy, la nature environnante est source d'inspiration propice à l'intériorité, à la méditation.

Tout au long de l'année, des activités, stages, événements y sont proposés pour retrouver l'harmonie en soi, avec les autres et l'environnement et pour soutenir chaque démarche de retour à soi. Épanouissement personnel, lien social, éducation, lien familial, culture, préservation de l'environnement, philanthropie sont autant de domaines où nous œuvrons de manière désintéressée, inspirés par le message de paix, de service et de compassion d'Amma, qui a séjourné à trois reprises dans le centre.

La participation aux activités est en contribution libre. Vivre et œuvrer ensemble nous apportent richesse du cœur et apprentissages multiples.



Participez

Embracing the World fonctionne uniquement grâce au travail désintéressé de milliers de bénévoles et à la générosité de ses donateurs.

Il y a plusieurs manières de participer à l'association d'Amma en France :

Le service désintéressé

– *seva en sanskrit* – est au cœur de l'enseignement d'Amma et l'exemple qu'elle en donne est une source d'inspiration pour des millions de personnes. Le *seva* est l'action au service d'autrui effectuée avec enthousiasme et discernement, sans recherche de gain personnel.

Tous les responsables de l'association sont bénévoles et ont à cœur de servir la société en incarnant des valeurs de bienveillance et de partage, notamment grâce à une gouvernance participative. L'attitude intérieure avec laquelle on effectue l'action est plus importante que l'action elle-même. Le *seva* est, en ce sens, une véritable pratique spirituelle. Cette philosophie est une composante de la tradition spirituelle de l'Inde appelée Karma Yoga.

En France, vous pouvez rejoindre les équipes qui assurent la marche des Centres Amma, et/ou participer aux activités de l'association dans votre région, selon votre disponibilité et votre désir d'engagement. Voir contacts page 19.

La participation financière

Elle traduit notre gratitude et notre désir de voir les œuvres d'Amma se développer.

* Pour participer aux œuvres d'intérêt général en France et aux actions d'urgence en particulier en Inde :

Les dons se font directement sur notre plateforme sécurisée (ammafrance.org/contribuez).

Vous avez droit à un reçu fiscal pour ces dons. Le fonds permet aussi de recevoir des legs, donations, mécénats d'entreprise et assurances vie, sans prélèvement fiscal.

Le fonds reçoit donc bien l'intégralité du montant donné.

Contact : dotation@ammafrance.org

* Pour participer aux œuvres humanitaires en Inde :

Les dons se font directement sur notre plateforme sécurisée (ammafrance.org/contribuez).

Nous ne pouvons pas émettre de reçus fiscaux pour ces dons.

* Pour les travaux du Centre Amma - Ferme du Plessis :

Les dons se font directement sur notre plateforme sécurisée (ammafrance.org/contribuez).

Nous ne pouvons pas émettre de reçus fiscaux pour ces dons.

* Pour le Centre Amma-Lou Paradou :

Les dons se font directement sur notre plateforme sécurisée (ammafrance.org/contribuez).

Nous pouvons émettre des reçus fiscaux pour ces dons.

Retrouvez tous les détails des différentes participations sur :

www.ammafrance.org/contribuez



Activités spirituelles

Nous prenons notre inspiration dans les valeurs d'amour et de service qu'Amma incarne.

L'association d'Amma en France propose un vaste éventail d'activités spirituelles, éducatives et culturelles.

Les retraites spirituelles

* Initiées à la demande d'Amma, les deux centres Amma nous proposent différents formats de retraite qui permettent une démarche profonde d'intériorisation et de retour à soi.
Exceptionnel : premier cursus sur les Ecritures avec Swamini Amritajyoti dès janvier 2026 : enseignement hebdomadaire en vidéo et dernier week-end du mois au Plessis consacré à l'approfondissement, théorique et pratique, des enseignements. Voir tous les renseignements sur www.swaminiamritajyoti.com/yogasutras/

* Swamini Amritajyoti dirige le Centre Amma-Ferme du Plessis. Elle y anime des sessions de questions-réponses les samedis, se rend régulièrement à Lou Paradou, et peut se déplacer sur invitation pour des programmes autour de son livre « Le bonheur est une décision » et des yoga sutra.

Les célébrations de fêtes

Navaratri (début octobre), la nuit de Shiva (en février), la fête du maître spirituel (Guru Purnima - en juillet), l'anniversaire d'Amma (27 septembre) sont célébrés dans la joie de la fête et la profondeur de leur signification. La semaine entre Noël et le jour de l'An offre une riche célébration culturelle et spirituelle autour de films, ateliers, partages, pour clore 2025 et débiter 2026.

Les pratiques spirituelles

Méditation, yoga, bhajans (chants), archana... Des programmes sont organisés pour apprendre les pratiques initiées par Amma.

* La méditation **IAM** (une combinaison simple de mouvements, de respiration et de méditation) est accessible à tous, elle libère notre potentiel et améliore notre relation à nous-mêmes et au monde. En plus des Centres, des week-ends d'initiation sont proposés à Lyon (iam.lyon@hotmail.com) et à Bordeaux. Des révisions ont lieu régulièrement dans les centres (dates sur notre site).

* Moment phare de l'année, Swami Shubamritananda Puri vient à notre rencontre dans les 2 centres. C'est l'occasion de méditer, chanter, approfondir l'enseignement d'Amma et échanger avec Swami.

* Des stages de yoga sont proposés dans les deux centres. Dans les postures nous abordons le corps, le souffle et le mental, nous retrouvons souplesse et fluidité et par l'écoute globale de la posture, nous ouvrons les portes de la méditation. Des retraites thématiques « Svadhyaya yoga » à la Ferme du Plessis permettent d'accueillir, dans un accompagnement bienveillant, nos différents ressentis. Un travail approfondi favorise la libération de nos schémas et une ouverture nouvelle à la vie.

* Des classes de bhajans sont proposées chaque semaine. Une journée spécifique mensuelle sur l'apprentissage des bhajans à lieu à Lou Paradou. Des week-ends bhajans ont lieu dans les deux centres.

* Plus de 40 groupes de pratiques, répartis sur toute la France, se réunissent régulièrement pour pratiquer ensemble et participer aux actions de ETW-France. Retrouvez la carte des groupes de pratiques sur le site www.ammafrance.org.

Activités éducatives et culturelles

Plusieurs stages sont proposés en cohérence avec l'enseignement d'Amma. Notamment :

- Week-ends enfants et camps pour les adolescents
- Week-ends Ayurvéda



- Week-end Communication bienveillante
- Week-end danse
- Week-end Mandala et connaissance de soi

Maison des aînés du Plessis

* Projet phare d'ETW-France, demandé par Amma, la Maison des Aînés du Plessis est une résidence pour personnes âgées pour qui la dimension spirituelle, le vivre ensemble et le soin à la nature sont des valeurs essentielles, et qui souhaitent partager ces valeurs au sein d'un collectif.

La construction de la Maison se termine fin 2025. Une autre aventure commence maintenant : le vivre ensemble des aînés entre eux, les possibilités de bénévolat à leur service, l'articulation avec le Centre Amma et l'écohameau du Plessis situé à côté, Il reste quelques appartements à louer, contactez-nous : contact@ainesduplessis.fr

Amma

Nous sommes heureux d'accueillir Amma en France en 2025 !





Activités solidaires

ETW-France s'attache à aider les personnes en difficultés et à combattre toute forme d'isolement susceptible de toucher une personne.

Les activités de solidarité que l'association met en place bénéficient toutes du soutien et du suivi d'Amma. Elles permettent aux bénévoles d'exprimer concrètement leur philosophie de vie, une des devises de ETW étant : « la compassion en action ».

Des actions fondées sur l'écoute, la rencontre, le partage

L'écoute et l'accueil sans jugement sont les clefs de ces actions. Des maraudes auprès des personnes sans logement ont lieu plusieurs fois par mois à Paris, Marseille, Toulouse, Clermont-Ferrand, Chartres, et Dreux. Autour d'un café ou d'un gâteau, les bénévoles prennent le temps de discuter avec des personnes souvent marginalisées. La régularité des rencontres permet, petit à petit, d'établir un lien d'écoute et de confiance.

Les vacances solidaires

L'accueil chaque été pour quelques jours de vacances à la Ferme du Plessis d'une vingtaine de personnes sans ressource offrent l'opportunité à toutes celles et ceux qui le souhaitent

de mettre l'enseignement de la compassion en action.

De nouveaux partenariats sont en projet afin de multiplier et développer ces Vacances Solidaires dans d'autres lieux en France.

Soutiens financiers et humain

ETW Solidaire travaille avec le fonds de dotation ETW-France en lien avec des projets locaux : soutien du Foyer d'Accueil Chartrain pour le projet « pas de SDF sur Chartres », ou d'associations bordelaises et grenobloises œuvrant pour les réfugiés ukrainiens. Aujourd'hui, l'association continue de développer des liens avec d'autres structures locales de solidarité pour construire des partenariats au service des populations précaires du département.

ETW-France a notamment œuvré depuis 2022 pour venir en aide à la population ukrainienne : d'abord, en étant présent aux frontières polonaises et hongroises au début du conflit ; et, ensuite, en apportant des solutions aux personnes ukrainiennes réfugiées en France (achat de cartes SIM, aide à l'installation, vacances solidaires, etc.)

Pour toute information, demander ou télécharger la plaquette ETW Solidaire sur ammafrance.org ou écrire à solidaire@etw-france.org



Activités écologiques

Les activités GreenFriends incitent à réveiller en chacun la conscience de l'unité entre la nature et l'humanité et à cultiver l'amour de la nature.

Les actions comprennent notamment la gestion des écosites de La Ferme du Plessis et de Lou Paradou où de nombreux projets écologiques sont réalisés. Venez les découvrir et participer à leur entretien.

Experience Week

Programmes phares de GreenFriends, les Experience Weeks sont des semaines qui permettent à plus de cent personnes de développer des compétences et des savoir-être pour une société plus écologique. Elles sont particulièrement destinées à ceux qui souhaitent vivre dans un écolieu collectif et incluent chaque année plus de cent ateliers et projets concrets. La seizième édition de l'Experience Week aura lieu à La Ferme du Plessis du 4 au 11 juillet 2026.

Transmission de la permaculture

Chaque année, La Ferme du Plessis propose des formations, souvent certifiantes, de conception en permaculture. Plus de 200 personnes ont ainsi reçu au fil des années le certificat international de conception en permaculture. Une grande expérience s'est développée en particulier autour des forêts nourricières..

Jardinage écologique

Des formateurs passionnants partagent leur amour du jardinage et du potager, à la Ferme du Plessis et à Lou Paradou : semaine potager, formation au potager bio, plantations d'arbres, taille des arbres, formations en apiculture (plus de 120 apiculteurs formés au fil des années à la Ferme du Plessis), formation sur le compostage et la régénération des sols... Retrouvez les différentes dates des formations proposées dans le calendrier à la fin de ce livret.





Activités jeunesse

AYUDH est un mouvement de jeunes inspirés par les valeurs de paix, de dignité humaine, de solidarité, et de respect du vivant.

Les activités sont ouvertes à tous les jeunes de 15 à 30 ans qui souhaitent s'ouvrir à de nouveaux horizons et servir les autres grâce à des activités culturelles, artistiques, sociales et environnementales.

Construisez votre rapport au monde avec des jeunes qui partagent des valeurs similaires.

Les Centres Amma proposent des week-ends d'ateliers artistiques ou de jardinage, des activités solidaires, des partages, les fêtes du Nouvel An...

Les jeunes d'Ayudh organisent aussi des maraudes auprès des sans-abri, des animations en maison de retraite, des ateliers auprès de jeunes en difficulté...

Chaque année la Ferme du Plessis accueille de nombreux volontaires en service civique ou des volontaires

européens soutenus par la Commission européenne. Si vous avez moins de 26 ans (moins de 31 ans pour les non-français) et que vous souhaitez consacrer six mois à un an à des projets qui font sens pour vous, n'hésitez pas à nous contacter. Vous avez ainsi l'occasion d'enrichir votre parcours de vie, approfondir votre chemin spirituel et apprendre de la vie collective et écologique à la Ferme du Plessis. Nous proposons un accompagnement humain et financier pour vous permettre de réaliser votre projet au Centre Amma.

En 2025, plusieurs centaines de jeunes de plus de 20 pays se sont à nouveau réunies pour la grande rencontre d'AYUDH Europe ! Des week-ends de rencontre ont lieu partout en Europe, en France, en Italie et en Espagne au Printemps, puis l'été en Allemagne pour la grande rencontre européenne. Tous les jeunes intéressés sont les bienvenus.

Vous trouverez plus d'informations sur www.ayudh.eu.

Contactez-nous à france@ayudh.eu et retrouvez toutes les actualités sur les pages Instagram et Facebook d'AYUDH Europe.



Vous trouverez sur le site ammafrance.org d'autres programmes susceptibles d'être ajoutés en cours d'année

Si le début d'un programme est un vendredi, cela signifie généralement qu'il est demandé d'arriver le vendredi en fin d'après-midi, avec une introduction le soir.

03-04-05 novembre : Venue d'Amma à Chartres			
2025	NOV.	28 - 30	• Week-end plantation d'arbres en présence de Mouts (Nus et culottés)
	DÉCEMBRE	01	• Célébration de Gita Jayanti
		06 - 07	• Week-end kung fu
		05 - 07	• Initiation à la méditation IAM
		12 - 14	• Week-end bhajans
		21	• Journée mondiale de la méditation
		24 - 25	• Célébration de Noël
		27.12 - 03.01	• Retraite du nouvel an Ayudh
30.12 - 2.01	• Célébration du nouvel an		
2026	JANVIER	03 - 04	• Homa du nouvel an et lancement du cycle d'études des yoga sutra
		09 - 11	• Week-end danse folk
		12 - 18	• Semaine ressourcement, détente et reliance
		17 - 18	• Week-end intelligence émotionnelle
		19 - 23	• Retraite yoga avec Sreemati
		24 - 25	• Week-end spirituel autour des yoga sutra
		31.01 - 01.02	• Week-end sensibilisation aux violences sexuelles
	FÉVRIER	06 - 08	• Initiation à la méditation IAM
14 - 15		• Célébration de Shivaratri	
21 - 22		• Week-end spirituel autour des yoga sutra	
23.02 - 01.03		• Retraite sur les bhajans	
MARS	06 - 08	• Formation taille des fruitiers et des rosiers	
	06 - 08	• Week-end intelligence émotionnelle	
	06 - 08	• Rencontre des jeunes Ayudh France	

MARS	21 - 22	• Stage sur les forêts nourricières
	21 - 25	• Semaine svadhyaya Yoga
	27 - 29	• Week-end spirituel autour des yoga sutra
AVRIL	03 - 06	• Formation apiculture
	03 - 06	• Formation communication bienveillante
	10 - 12	• Initiation à la méditation IAM
	11 - 12	• Stage sur les forêts nourricières
	13 - 19	• Semaine ressourcement, détente et reliance
	17 - 24	• Semaine icônes
	24 - 26	• Week-end spirituel autour des yoga sutra
MAI	30.04 - 03.05	• Week-end kung fu
	30.04 - 03.05	• Formation sur l' ennéagramme
	08 - 10	• Week-end yoga et nature
	08 - 10	• Week-end intelligence émotionnelle
	13 - 17	• Grand Week-end sur les bhajans
	23 - 25	• Rencontre des jeunes Ayudh France
	30 - 31	• Week-end spirituel autour des yoga sutra
JUIN	05 - 07	• Initiation à la méditation IAM
	06 - 07	• Stage développer son aisance en anglais
	14 - 15	• Week-end géobiologie appliquée au jardin
	12 - 14	• Week-end yoga avec Sreemati
	13 - 14	• Week-end connexion avec la nature
	14 - 21	• Semaine ressourcement, détente et reliance
	20 - 21	• Stage sur les forêts nourricières
	27 - 28	• Week-end spirituel autour des yoga sutra
JUILLET	04 - 11	• Semaine Experience Week
	12 - 16	• Accueil du Foyer d'Accueil Chartrain
	25 - 28	• Stage svadhyaya yoga
	29	• Journée Guru Purnima
AOÛT	15 - 21	• Semaine pour les adolescents
SEPT.	19 - 20	• Journées européennes du Patrimoine
	25 - 27	• Célébration de l' anniversaire d'Amma

Vous trouverez sur le site ammafrance.org
d'autres programmes susceptibles d'être ajoutés en cours d'année

29-30-31 octobre : Venue d'Amma à Aix-en-Provence			
2025	NOV	22	• Journée bhajans
		23	• Journée rythmique
		28 – 30	• Portes ouvertes
	DÉCEMBRE	05 – 07	• Initiation à la méditation IAM
		19 - 21	• Fête du solstice d'hiver
23– 25		• Célébrations de Noël	
27– 30		• Retraite de préparation intérieure à la nouvelle année	
31.12 – 01.01		• Célébration du nouvel an	
2026	JANV	09 – 11	• Week-end yoga
		31	• Journée bhajans
	FÉVRIER	06 – 08	• Week-end spirituel autour des yoga sutra avec Swamini Amritajyoti
		13 - 15	• Célébration de Shivaratri
		20 – 27	• Retraite de réflexion intérieure
		27.02 – 01.03	• Initiation à la méditation IAM
	MARS	06 – 08	• Atelier Faber et Mazlich module 1
		06 – 08	• Week-end connexion avec la Nature : fabrication de tisanes et de baumes de printemps
		13 - 15	• Week-end au féminin
		20 – 22	• Fête des bénévoles : journée internationale du bonheur
27 – 29		• Week-end bhajans et percussions indiennes	

AVRIL	03 – 06	• Retraite marche et méditation
	10 – 13	• Retraite pour les enfants
	24 – 26	• Stage sur la théorie Polyvagale : La science de la connexion et de la sérénité
	25 – 26	• Stage de patine de sculpture
	30.04 – 03.05	• Stage de constellations familiales
MAI	07 – 10	• Atelier Faber et Mazlich module 2
	07 – 10	• Stage de clown
	13 – 20	• Stage d' écriture d'icône
	13 – 19	• Stage méditation et danse naturelle
	16	• Journée bhajans
	22 – 25	• Week-end spirituel autour des yoga sutra avec Swamini Amritajyoti
JUIN	05 – 07	• Week-end Connexion avec la Nature 3 : fabrication de l'elixir floral
	12 – 14	• Week-end Le chemin spirituel dans la vie quotidienne
	19 – 21	• Fête du solstice d'été
	20	• Assemblée générale de l'association MAM
	21	• Journée internationale du yoga
	26 - 28	• Homa (rituel védique du feu)
	JUILLET	03 – 05
10 - 12		• Initiation à la méditation IAM
24 - 26		• Célébration de Guru Purnima
AOÛT	31.07 – 08.08	• Retraite silence, méditation et yoga
	10 – 15	• Semaine de ressourcement intérieur et extérieur
	16 – 22	• Semaine famille

SITE INTERNET

www.ammafrance.org

Inscrivez-vous à notre lettre d'informations ETW-France pour toutes les activités au nom d'Amma en France, sur la page www.ammafrance.org/newsletter

FACEBOOK

Amma en France ETW

YOUTUBE

Amma en France ETW

INSTAGRAM

Amma_en_France



Contacts

CENTRE AMMA

Le Plessis

siège de l'association

Ferme du Plessis, 28190 PONTGOUIN

centreplessis@ammafrance.org

02 37 37 44 30

leplessis.ammafrance.org

CENTRE AMMA

Lou Paradou

Lou Paradou, Les ferrages, RN7,

83170 TOURVES

centrelouparadou@ammafrance.org

09 83 20 16 75

louparadou.ammafrance.org

ETW-SOLIDAIRE

Swamini Amritajyoti,

Praseeda Gimat et Ojas Taillandier

solidaire@ammafrance.org

GREENFRIENDS-FRANCE

Divyanand Labonne

greenfriends@ammafrance.org

AYUDH (15-30 ANS)

Meenakshi Amouroux

france@ayudh.eu

06 82 86 68 57

CO-VOITURAGE

www.ammafrance.org/covoiturage

GROUPES DE PRATIQUES

Mangala Tual et Valérie Dhabit

groupes@ammafrance.org

06 07 34 23 70 (Monika)

MÉDITATION IAM

Nistula et Chidanand Dreuilhe

iam@ammafrance.org

06 08 63 63 42

MATRUVANI

1 rue Étienne Dolet,

94270 Le Kremlin Bicêtre

matruvanifrance@gmail.com

Abonnement en ligne : ammafrance.org/matruvani

INTENTIONS DE PRIÈRES

Alexandra

07 70 62 86 92 (avant 19h, par sms)

prieresamma@gmail.com

BOUTIQUE

PAR CORRESPONDANCE

26 Kermoël

56700 Brandérian

contact@ammaboutique.org

www.ammaboutique.org

ÉQUIPE MEDIA

Stéphanie Lendower

communication@ammafrance.org

Manuel Collas de La Roche

07 85 80 08 08



" Quand j'étreins les gens, il ne s'agit pas seulement d'un contact physique. L'amour que je ressens pour toute la création se déverse sur chacun d'eux. "

Amma