

Looby MACNAMARA

LA PERMACULTURE & NOUS

Concevoir le bien-être personnel, collectif et planétaire



PERMA SENS
INSPIRED BY NATURE

Formatrice en permaculture et autrice de renommée internationale, Looby MACNAMARA a contribué à l'essor du mouvement de la permaculture appliquée à l'humain dans le monde.

Découvrez enfin son premier ouvrage.

Dans son premier ouvrage, Looby Macnamara explore l'application des principes de la permaculture et de la conception permacole à l'humain. Elle élargit la définition de la permaculture et la fait entrer au cœur de nos vies, de nos relations et de notre société.

La Permaculture & Nous offre un support clair et des conseils aussi bien aux permaculteur·rice·s confirmé·e·s qu'aux personnes qui découvrent la permaculture. Ce livre sera utile à tous celles et ceux qui veulent vivre une vie plus créative et plus abondante.

Des histoires complètes, des entretiens, des anecdotes personnelles et des exercices pratiques avec des techniques éprouvées et expliquées étape par étape, *La Permaculture & Nous* est un guide innovant et puissant qui vous aidera à :

- **Accroître** votre bien-être à l'aide d'outils efficaces pour prendre soin de vous-même et penser de manière régénératrice
- **Améliorer** la dynamique et le bien-être de vos relations, de votre famille, de vos groupes et de vos communautés à l'aide de méthodes simples et créatives
- **Vous donner les moyens de changer** avec plus de 50 activités pratiques
- **Créer** des spirales positives de santé, de véritable richesse et d'abondance
- **Développer** une vision plus large pour tous nos systèmes sociaux
- **Explorer** les moyens d'étendre nos sentiments d'interdépendance avec le monde
- **En apprendre** davantage sur la permaculture, un mélange remarquable de bon sens, de magie et de conception
- **Découvrir** la toile de conception et ses 12 points d'ancrage se focalisant sur des domaines différents et interconnectés (voir l'illustration au dos), un outil polyvalent de conception en permaculture permettant d'amorcer des changements positifs dans tous les aspects de la vie
- **Forger** une vision d'ensemble des possibilités pour vous-même et pour l'humanité

« Looby parle avec une clarté lumineuse, une éloquence légère, et une connaissance subtile des systèmes. Ses premiers chapitres sur la façon de "penser comme un écosystème" devraient être une lecture obligatoire dans toutes les salles de classe, de l'école primaire à l'université. »

Joanna Macy, auteure, créatrice et enseignante du *Travail qui relie*

« Ce livre propose avec simplicité, force et méthode un nouvel imaginaire porteur de sens en s'inspirant du fonctionnement écosystémique du Vivant pour penser la vie en société. »

Valérie Cabanes, juriste et écologiste, militante et experte

www.lapermacultureetnous.org

Prix de vente : 29 €

Éditions Permasens | www.permasens.org

Distribution Passerelle Éco | www.passerelleco.info

Illustration : mandala © Louise Macnamara

