

Samedi 4 juillet 2015
ATELIERS



Week-end Mieux-Etre

SALLE 1

10h30 et 11h15 Rire (enfants) - Martine BERUD

Par le jeu et le rire : permet de canaliser son énergie naturelle, développe sa créativité et sa coopération dans l'ouverture aux autres, facilite un état positif et joyeux.

13h30 Sophrologie - Anne-Marie DESGRANGES

Etre bien au quotidien. Méthode corporelle simple, efficace et antistress par l'écoute des sensations, la respiration, la détente, l'accueil du positif.

15h00 et 15h45 Pleine Conscience (enfants) - Rose-Marie GONFOND

Se centrer sur le moment présent (entraîner l'attention et la concentration), prendre conscience de son corps, développer la confiance en soi.

16h30 Rêve éveillé - Béatrice ZAMBELLI

Un instant de connexion à notre monde intérieur pour renforcer en soi : l'assurance, la stabilité, la force, la solidité, la confiance, le calme, l'équilibre, ... et être Soi !

SALLE 2

10h30 Psycho-KiMcoPsi - Thérapie Psycho-Corporelle - Marlène BESCOND

Détecter et Supprimer les blessures de l'enfance, sources de nos blocages. Installer la liberté d'Être et la Paix en Soi.

13h30 Psychédiagramme - Grégoire TOLEDE et Marie-Joëlle VALLOIS

Par un dessin symbolique spontané, chacun est amené dans un voyage intérieur qui conduit à mettre ordre, compréhension, équilibre et harmonie dans sa vie relationnelle.

15h00 Brain Gym - Sophie DESAPHY

Mouvements simples qui libèrent le corps et les émotions. Gain : lâcher les peurs, être plus juste avec soi, meilleure concentration, communication, relationnel, ...

16h30 Communication Harmonieuse - Muriel KALFALA

Découvrir les bases d'une communication bienveillante dans le respect de soi et de l'autre. Mieux vivre en tenant compte des différences grâce au processus de la CNV.

SALLE 3

10h30 Ho'oponopono - Pierre-Laurent DIFILIPPO

Ho'oponopono, sagesse hawaïenne de guérison. Découvrez cet Art ancestral qui permet d'effacer en vous les mémoires et programmes inconscients qui perturbent.

13h30 Gestalt Thérapie - Philippe CORP

Par des exercices pratiqués à deux ou trois, vous découvrez un peu plus qui vous êtes, observez comment vous ressentez le monde, comment vous rencontrez l'autre.

15h00 Créativité - Marie DUBOIS

Osez la plume et déployez vos ailes... avec l'écriture intuitive, renouez avec votre créativité et exprimez en toute liberté ce qui cherche à se dire en vous d'essentiel.

16h30 Cercle de Gratitude - Anne-Marie IVAL

Une invitation à entrer dans la pratique de la gratitude au quotidien. Dans l'énergie de la gratitude, tout devient occasion d'être reconnaissant(e) et de dire « merci ».

Dimanche 5 juillet 2015
ATELIERS



SALLE 1

10h30 et 11h15 Pleine Conscience (enfants) - Rose-Marie GONFOND

Se centrer sur le moment présent (entraîner l'attention et la concentration), prendre conscience de son corps, développer la confiance en soi.

13h30 Ho'oponopono - Pierre-Laurent DIFILIPPO

Ho'oponopono, sagesse hawaïenne de guérison. Découvrez cet Art ancestral qui permet d'effacer en vous les mémoires et programmes inconscients qui perturbent.

15h00 Communication Harmonieuse - Muriel KALFALA

Découvrir les bases d'une communication bienveillante dans le respect de soi et de l'autre. Mieux vivre en tenant compte des différences grâce au processus de la CNV.

16h30 et 17h15 Rire (enfants) - Martine BERUD

Par le jeu et le rire : permet de canaliser son énergie naturelle, développe sa créativité et sa coopération dans l'ouverture aux autres, facilite un état positif et joyeux.

SALLE 2

10h30 Brain Gym - Sophie DESAPHY

Mouvements simples qui libèrent le corps et les émotions. Gain : lâcher les peurs, être plus juste avec soi, meilleure concentration, communication, relationnel, ...

13h30 Créativité - Marie DUBOIS

Osez la plume et déployez vos ailes... avec l'écriture intuitive, renouez avec votre créativité et exprimez en toute liberté ce qui cherche à se dire en vous d'essentiel.

15h00 Gestalt Thérapie - Philippe CORP

Par des exercices pratiqués à deux ou trois, vous découvrez un peu plus qui vous êtes, observez comment vous ressentez le monde, comment vous rencontrez l'autre.

16h30 Psychédiagramme - Grégoire TOLEDE et Marie-Joëlle VALLOIS

Par un dessin symbolique spontané, chacun est amené dans un voyage intérieur qui conduit à mettre ordre, compréhension, équilibre et harmonie dans sa vie relationnelle.

SALLE 3

10h30 Cercle de Gratitude - Anne-Marie IVAL

Une invitation à entrer dans la pratique de la gratitude au quotidien. Dans l'énergie de la gratitude, tout devient occasion d'être reconnaissant(e) et de dire « merci ».

13h30 Sophrologie - Anne-Marie DESGRANGES

Etre bien au quotidien. Méthode corporelle simple, efficace et antistress par l'écoute des sensations, la respiration, la détente, l'accueil du positif.

15h00 Rêve éveillé - Béatrice ZAMBELLI

Un instant de connexion à notre monde intérieur pour renforcer en soi : l'assurance, la stabilité, la force, la solidité, la confiance, le calme, l'équilibre, ... et être Soi !

16h30 Psycho-KiMcoPsi - Thérapie Psycho-Corporelle - Marlène BESCOND

Détecter et Supprimer les blessures de l'enfance, sources de nos blocages. Installer la liberté d'Être et la Paix en Soi.