

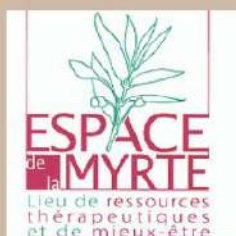
L'élan
de vie



**PROCHAINES
PORTES OUVERTES
DIMANCHE 7 AVRIL**

Nous avons le plaisir de vous
convier à notre prochaine
journée portes ouvertes

L'élan de vie
est la thématique de cette journée
L'occasion de participer à des ateliers,
de rencontrer les thérapeutes,
de découvrir les pratiques



Massage, yoga, méditation,
hypnose, sophrologie,
pratique énergétique,
conférence, naturopathie...

Programme disponible bientôt

Programme de la journée

Dimanche 7 avril



Salle 1

- 10h00 —● Booster le désir
- 11h00 —● Réflexologie plantaire
Au fil des saisons
- 12h00 —● Sophrologie - A la
rencontre de l'élan de vie
- 14h00 —● Nettoyages printaniers
- 15h00 —● Auto-hypnose - Se
connecter à ses
ressources intérieures
- 16h00 —● Booster son élan de vie
avec la respiration

Salle 2

- Méditation
- Yoga
Souffle de printemps
- Prendre soin de son énergie
- Pratique énergétique
- Importance et bienfaits du
drainage lymphatique
- Exploration par le massage

17h00 —●

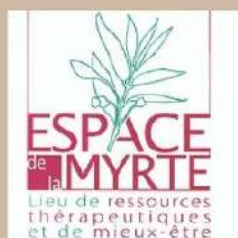
Clôture de la journée

Informations et Inscriptions

Contacteur Myrtal Dubois : 06 19 43 66 36

espacedelamyrtelaposte.net

Participation aux frais : 5€ par atelier



Détail des ateliers

Salle 1



10h00 —● Booster le désir

Alain

La période que nous vivons tous aujourd'hui, se caractérise par de multiples effondrements, économiques, sociaux, culturels et même civilisationnels selon certains. Les troubles du désir sont nombreux et fréquents. Ils peuvent prendre des formes différentes même si leur origine est commune. Alors comment renforcer le désir, voici l'objet de cet atelier.

11h00 —● Hello printemps - La réflexologie au fil des saisons

Véronique

Présentation et démonstration de ce qu'est la réflexologie plantaire, ses bienfaits, son intérêt selon la saison.

12h00 —● Sophrologie - A la rencontre de l'élan de vie

Laurie

Dans un monde extérieur qui s'agite et qui va de plus en plus vite. La sophrologie offre un temps pour se mettre à l'écoute de soi, à l'écoute du corps. Rencontrez et mobilisez votre élan de vie.

14h00 —● Nettoyages printaniers

Alain

Avec l'arrivée du printemps, les cures de détox corporelles sont les bienvenues pour laisser place au Renouveau ; tout comme les nettoyages énergétiques de nos lieux d'habitation. Durant ce temps d'échange, je vous présente quelques outils et techniques qui peuvent être facilement mis en place.

15h00 —● Auto-hypnose - Se connecter à ses ressources intérieures

Laure

Introduction à l'auto-hypnose par le pendule : via une technique très simple, trouver ou retrouver ses réponses intérieures.

16h00 —● Booster son élan de vie avec la respiration

Laurie

La respiration, un outil fabuleux et facile d'accès pour modifier son état intérieur, dynamiser les ressources corporelles, rééquilibrer à la fois le mental et le corps.

17h00 —●

Clôture de la journée

Informations et Inscriptions

Contacteur Myrtal Dubois : 06 19 43 66 36

espacedelamyrtel@laposte.net

Participation aux frais : 5€ par atelier

