

**Samedi 28 septembre 2013**

## **Activités sous la yourte**

### **10h – 13h Atelier massage métamorphique**

Mis au point dans les années 60 par Robert ST John un naturo-réflexologue. Le principe de ce « massage » est de se connecter à sa période prénatale, période où nous sommes influencés par de nombreux facteurs extérieurs. Nous trouvons ce schéma prénatal sur les points réflexes de la colonne vertébrale, ainsi qu' au niveau des pieds, des mains et de la tête. Ce massage s'adresse à toutes personnes manquant d'énergie, fragile, souffrant d'hyper activité, de trouble du comportement, désirant un changement « métamorphose ». Ce massage est tout particulièrement adapté aux enfants.

Je vous invite à venir en faire l'apprentissage, pour que vous puissiez l'offrir à votre entourage

### **14h – 15h La méthode Vittoz**

Présentation/expérimentation de la méthode :

"La méthode Vittoz est une psychothérapie et un art de vivre, créée il y a environ un siècle par un médecin suisse. Plus actuelle que jamais, elle s'appuie sur la conscience de ce qui se passe en soi (sensations, émotions et pensées), et à l'extérieur de soi, dans l'instant présent".

Véronique Soulard et Sylvie Veillon sont toutes deux formées à cette méthode et vous permettront d'en faire un petit bout d'expérience « Vittoz »

### **15h15 – 16h15 Conférence/Atelier Lithothérapie**

Cristina Delneri, litho-praticienne: "PIERRES ET CRISTAUX : vivre avec les minéraux"

"la litho-thérapie est un moyen naturel pour créer l'harmonie en nous- mêmes et dans notre environnement.

Placés à bon escient, pierres et cristaux nous aident à retrouver l'équilibre dans notre corps esprit, dans notre manière de penser, dans notre manière d'être. En douceur."

### **16h30 – 17h30 Tuina**

L'association EBENE en partenariat avec le Docteur ZHANG LI (Professeur de MTC Médecin-acupuncteur Diplômé de la médecine du sport Officie à Paris depuis 1992 et enseigne dans les différents centres de MTC de notre pays): a organisé une formation de TUINA (massage traditionnel chinois) avec comme objectif le bien être et la prévention de la santé.

Les Chinois, depuis plus de quatre mille ans pratiquent le massage dans le cadre de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC).

## **17h45 – 19h      EFT**

Mise au point par Gary GRAIG , c'est une technique de « guérison » émotionnelle, qui agit autant sur le physique que sur le moral, tout en laissant son libre-arbitre à la personne qui l'utilise.

L'EFT fait partie des thérapies brèves, utilisant les méridiens. Elle s'applique à tout le monde.

Elle permet de chasser toutes émotions négatives qui nous créent des blocages.

C'est une méthode simple, pratique et efficace, très facile à apprendre et à mettre en pratique SEULE.

## **Sur l'esplanade du Palais des Congrès**

### **L'après-midi : Démonstration et participation libre de TAIJI QUAN**

Dans la tradition populaire chinoise, la santé (physique, mentale, spirituelle) est étroitement liée au Taiji Quan celui-ci engendre trois dimensions : martiale, prophylactique et contemplative issues des traditions orientales (Taoïste, et Bouddhiste, Chan ... ) .

Du plaisir de l'instant, à l'éveil...

*Tous les ateliers sont gratuits sauf les ateliers du matin en participation libre.*

*Présence souhaitée 1/4 d'heure avant les ateliers.*

*Inscription nécessaire pour les ateliers du matin au 05.49.94.31.71*