

## Mise en place d'un projet de formation fleurs de Bach pour Personnes EHS

Bonjour,

Je suis EHS depuis 5 ans. Je ne travaille plus. Après un parcours de souffrances physiques et morales, je suis en train de construire un projet de formation à but professionnel, que je souhaite étendre à d'autres personnes si elles le désirent.

Voici l'explication de l'objet de ce mail.

En 2010, tout a basculé... parcours chélatons, dépose d'amalgames, EHS...

En 2013, je suis prise en charge par le Pr Belpomme.

Je travaillais toujours mais l'épuisement et mes symptômes ont pris le dessus (vertiges, acouphènes+ douleurs oreilles, brûlures, migraines, douleurs diffuses, troubles de la mémoire, de la concentration, de l'orientation).

Je me suis écroulée sur mon lieu de travail physiquement et moralement ne pouvant plus bouger tellement je souffrais, les vertiges n'étant plus gérables.

J'ai donc été placée en longue maladie (CLM depuis décembre 2013).

J'étais au pic de la crise : pas ou peu de chauffage à la maison (chaudière), une lampe de chevet loin de moi pour toute source lumineuse, allumée quand la famille était réunie... j'en passe (bien sûr pas de box, ni d'ordi, ni de D.E.C.T, ni de tel portable, ni de télé, tout appareil électrique débranché etc....)

Bref, en parallèle je suivais le traitement du Pr Belpomme. Il s'est avéré que j'ai fait une réaction au ginkgo biloba, puis à la papaye fermentée qu'il m'a ensuite donnée. Donc il a fallu arrêter.

Des symptômes d'œdèmes se sont greffés plus ou moins importants lorsque le 8 mars 2015 un œdème laryngé plus important a pris des proportions inquiétantes me mettant en danger.

Non seulement le physique trinquait mais émotionnellement ça devenait insupportable (j'ai fait plusieurs œdèmes laryngés suite à des expositions trop longues (pour moi) de CEM (le peu de fois où j'allais hors de chez moi) et j'avais vraiment le sentiment que ma vie ne tenait qu'à un fil...

Suite à une visite chez le Pr Belpomme, celui ci me dit ouvertement qu'il ne pouvait plus rien faire pour moi... (Là aussi il faut être solide pour recevoir cela en pleine figure).

Diagnostique : je suis EHS /MCS, polyallergique (alimentaire, médicaments, matériaux, acariens...) et intolérante à l'histamine.

L'exposition aux CEM ainsi que toute forme de stress augmentent le taux d'histamine ... ceci explique cela. Je ne peux prendre un antihistaminique que temporairement en raison de mon MCS. Pourquoi ne plus prendre le ginkgo biloba et la papaye fermentée ? Le premier inhibe l'enzyme permettant la dégradation de l'histamine, le second a un taux d'histamine important.

La médecine traditionnelle ne pouvant pas faire grand-chose pour moi pour le moment, j'ai voulu expérimenter d'autres horizons...

Outre les parcours parallèles que j'ai explorés en 5 ans pour trouver une solution me concernant, l'« éviction » des CEM, aliments, médicaments, produits chimiques et j'en passe ont été un des facteurs d'amélioration de ma santé physique.

J'ai voulu aller plus loin dans la gestion du stress, des émotions... J'ai essayé le yoga, la sophrologie, les plantes (attention à l'histamine, j'en ai fait les frais !), la méditation... cela ne me correspondait pas.

Et j'ai tenté les Fleurs de Bach. Je n'avais pas grand-chose à perdre.

D'abord RESCUE qui est le remède d'urgence qui est le plus connu. Ces quintessences préparées à base de fleurs, plantes, arbustes sauvages sont trouvées principalement sous forme liquide, vendues dans le commerce ou en pharmacie, dans des petits flacons de verre teinté, conservées dans de l'alcool. Elles sont aussi vendues sans alcool.

Chacun de ces élixirs correspond à un état émotionnel particulier. Lorsque nous sommes en proie à des perturbations comme la culpabilité, le découragement, la peur... La prise de ces élixirs apporte un rééquilibrage et un retour au bien-être.

Un bien-être avant tout mental, émotionnel, dont découlent naturellement un mieux-être physique et une meilleure santé.

J'ai donc essayé Rescue sur plusieurs jours... puis j'ai ressenti une espèce de calme, de sérénité. Effet placebo ? Non, pas au regard de mon vécu.

J'ai voulu creuser davantage. Je me suis documentée, j'ai lu, lu, puis j'ai affiné et expérimenté (il y a 38 fleurs de Bach faisant partie de 7 familles d'émotions).

Ce que j'ai appris : identifier ses émotions, ce n'est pas si simple.

D'autant plus qu'en tant que personne EHS, je me sentais toujours « à fleur de peau ». Et on peut mal interpréter une émotion. Auquel cas, la Fleur de Bach que l'on veut prendre ne fera pas effet car mal choisie.

Depuis mars 2015 j'en fais l'expérience. Mon état émotionnel s'est stabilisé. J'ai repris confiance en moi après la peur et l'anxiété éprouvées, celles que l'on a quand on se demande « et si ça m'arrive encore »... J'ai gagné en énergie. Je gère donc mon stress et régule ce « surcroît » d'histamine difficile à contrôler qui est engendré par ce monde stressant (visible et invisible !). Le monde ne me fait plus peur... je le regarde autrement. Je suis plus apaisée. J'ai envie de construire des projets.

J'avais envie d'aller plus loin dans ma démarche. J'avais testé les Fleurs de Bach. J'en voyais les effets, alors que je doutais au départ (« encore un truc de plus à essayer ! » me disais-je).

Pourquoi ne pas concilier ce qui devenait une évidence pour moi et devenir Conseiller en Fleurs de Bach afin d'ouvrir un cabinet de consultation à mon domicile, dans un environnement qui me convenait ?

Ayant déjà entendu parler de formation sur ce thème, je me suis renseignée.

Il existe des stages organisés par la fondation Bach d'Angleterre, mais ils se déroulent dans des grandes villes (Paris, au plus proche pour moi), avec des personnes qui ont des portables, avec des outils pédagogiques pas forcément adaptés à une personne EHS.

Puisque je ne peux pas aller à la formation... la formation ne peut-elle pas venir à moi ?

Ouh là !!! C'est culoté comme réflexion ! Eh bien je ne me suis pas démontée ! J'ai consulté le site du Centre Bach et j'ai vu qu'il existait un module par correspondance (un peu cher). Et ne concernait que le premier niveau (Initiation). Je voulais rencontrer des gens... j'ai prospecté et j'ai contacté un formateur par le plus grand des hasards (habitant dans les

Landes) qui, sans que je le sache, a monté une association avec quelques collègues pour aider à mettre en place des projets de formation (La Petite Ecole des Fleurs de Bach).

Donc je lui ai parlé de mon état de santé, du projet que je voulais réaliser. Ma situation l'a sensibilisé.

Le projet est en train de se construire. Un formateur viendra à mon domicile (près de Ressons-sur-Matz, à 15 km environ au nord de Compiègne (Oise), en pleine campagne) et adaptera sa formation sans les outils actuellement utilisés (ordi, vidéo projecteur...) avec retranscription écrite des études de cas, des témoignages...

Il s'agira d'un stage agréé par la fondation Bach, de niveau 1 (stage d'Initiation) et se déroulera sur 2 jours, la date est à déterminer mais peut se dérouler le week-end ou en semaine. Comme les stages qui existent actuellement.

Ce sera le premier stage agréé dans l'Oise, et sera donc adapté pour des personnes électro-sensibles. Le tarif pratiqué est celui que l'on trouve pour ce type de stage de formation.

Pour le prix et le règlement, en 2016 le niveau 1 sera de 210 euros, répartis comme suit:

195 euros pour le formateur+15 euros d'adhésion annuelle à La Petite Ecole des Fleurs de Bach (LPEFB).

Le cours, agréé par le Centre Bach a été créé par LPEFB, association loi de 1901, il est donc nécessaire d'en être adhérent pour y participer.

J'ai pu obtenir un arrangement pour payer mon stage (65€ à l'inscription + 2 chèques de 65€ qui seront encaissés ultérieurement+ 15€ d'inscription).

Je vous joins un document qui pourra servir de mémo pour ceux que ça intéresse et qui veulent profiter de l'opportunité...

La validation du stage niveau 1 permet d'accéder, pour ceux qui le désirent, aux autres stages (niveau 2 – Perfectionnement, niveau 3 – Professionnalisant/Conseiller en fleurs de Bach).

Le but de mon projet est de valider ces niveaux en partenariat avec l'association LPEFB afin de me professionnaliser.

C'est un projet que je souhaite partager et s'adresse à ceux qui veulent découvrir (niveau 1), puis pourquoi pas, approfondir (niveau 2) et se professionnaliser (niveau 3) dans le domaine des fleurs de Bach....

Il peut s'ouvrir aussi aux personnes non EHS à partir du moment où chacun respecte les règles de principe (pas d'appareils générant des ondes électromagnétiques).

Mes enfants âgés de 17 ans sont EHS/MCS aussi. L'un des deux a fait une réaction au traitement du Pr Belpomme et ne peut plus le poursuivre.

Les sentiments de colère, d'injustice, d'inquiétude, de peur, ressortent par moment face à notre situation. Les Fleurs de Bach leur permettent d'équilibrer ces émotions.

Voilà... Si vous jugez que cela pourrait intéresser et aider certaines personnes, vous pouvez diffuser l'information.

Comme je l'ai dit plus haut, le stage se déroulera chez moi, donc dans des conditions plus adaptées pour des personnes EHS.

Il y a 10 places disponibles.

Chaque cas étant différent, les personnes intéressées peuvent me contacter pour avoir plus de renseignements (configuration de mon domicile : maison individuelle..., environnement, tests CEM réalisés avec les appareils TM 195 et ME 3050B, organisation, horaires, repas...)

Je vous remercie de m'avoir lue.

Bonne journée,

Cordialement,  
Sabine VERDIER