

ATELIERS-CONFERENCES

Epinal 2018

SAMEDI

HORAIRE	THEME	INTERVENANT	DESCRIPTIF
10h30-11h15			
11h30-12h15			
13h00-13h45	Auto massage	Sabine BOSSI	Une expérimentation de détente qui stimule et relaxe en même temps
14h00-14h45	Ce qu'est le Reiki et ce que n'est pas le Reiki	Eliane COUVAL	Origines de cet outil de bien-être et de ses bienfaits si l'on choisit de l'utiliser comme outil de bien-être à vie
15h00-15h45	L'art-thérapie, l'art au service de l'humain	Nathalie LEGUERCHOIS	Retrouver sa créativité, c'est se retrouver, se renouer avec elle et nous-même. Pas besoin d'être un artiste confirmé mais seulement s'entrevoir comme l'artiste de notre vie
16h00-16h45	Se détendre avec les sons qui nous entourent	Monique GASSMAN	Prendre conscience des sons qui nous entourent, de la façon dont nous le recevons. Prendre conscience des sons que nous émettons et de l'effet de ceux-ci
17h00-17h45	Je deviens ma plus belle recette du bonheur	Marina PETITDEMANGE	Un saut quantique vers soi
18h00-18h45	Chromo énergie	Monique PARADIS	S'harmoniser grâce aux vibrations des couleurs