

ATELIERS

Verdun 2022

SAMEDI

HORAIRE	THEME	INTERVENANT	DESCRIPTIF
11h30-12h15	Eveil des sens	Agnès DUMET	Eveillez vos sens pour commencer la journée
13h00-13h45	Expression créative	Anne Usinier	A la rencontre de votre créativité
14h00-14h45	Yoga du rire	Marc GOREI	Rire pour parvenir à un mieux-être. Le rire est bon pour la santé physique et mentale.
15h00-15h45	"Tous ortho-bionomistes ! Ortho quoi ?"	Aline CONTAUX Jean-Marc VOGT	Atelier découverte de mise en pratique des principes qui régissent notre corps pour un retour à l'équilibre.
16h00-16h45	Découverte des Bols Chantants	Magalie Peyroux	un voyage sensoriel pour rééquilibrer le Corps et l'Esprit
17h00-17h45	Respiration, souffle de vie, souffle de calme et souffle de couleurs.	Geneviève PIERROT	Se reconnecter à sa respiration, à son corps pour retrouver un calme intérieur, apaiser nos douleurs et éclairer nos zones d'ombre.
18h00-18h45	Ho'opono pono	Agnès DEPARDIEU	Une pratique simple pour harmoniser les liens entre les humains.