

Au plaisir de vous accueillir lors de cette journée de partages et de rencontres sur le chemin du Bien-Être et du Mieux-Être !

## CONFERENCES

- 10h30 Vieillir en bonne santé**  
Dr Pierre Popowski, Président de l'APAM  
*Vieillir en bonne santé, ce n'est pas seulement vieillir, c'est surtout rester autonome et pouvoir faire quelque chose de sa vie pour atteindre au but élevé de son existence.*
- 11h40 Le Sensitive Gestalt Massage®, une approche psycho-corporelle singulière et personnalisée**  
Alice Reyss, Praticienne en Sensitive Gestalt Massage® et Psychomotricienne  
*Pour vous détendre... mais aussi vivre vraiment le moment présent, accepter et habiter votre corps sereinement, ou encore nouer des relations aux autres plus équilibrées.*
- 12h30 Mémoire ancestrale, quand tu nous tiens... !**  
Dominique Vialle, Magnétiseur – Radiesthésiste  
*Rendez à vos ancêtres, en conscience, les mémoires, parasitages et traumatismes qui leur appartiennent, pour enfin vous libérer...*
- 13h20 Se libérer du stress et des émotions négatives du bout des doigts !**  
Louis Szabo, Praticien EFT  
*Introduction à l'EFT, Technique de Libération des Émotions.*
- 14h10 Sommeil et Sophrologie, une affaire de présence**  
Christine Le Morvan, Sophrologue/Relaxologue Maître Praticienne  
*La qualité de notre sommeil conditionne la qualité de nos journées. Mais le contenu de nos journées vient parfois troubler notre sommeil...*
- 15h00 Découverte des Fleurs de Bach**  
Morgane Guillet, Conseillère en Fleurs de Bach  
*Les Fleurs de Bach vous aident à transformer vos émotions négatives en révélant le meilleur de vous-même, afin de retrouver : optimisme, confiance, sérénité, courage, énergie, compréhension...*
- 15h40 Les bienfaits du shiatsu, quel que soit votre âge**  
Nathalie Bismuth & Pascal Toinoir, Praticiens en Shiatsu  
*La fatigue, le stress, le changement de saison ont des répercussions sur notre corps. Le shiatsu, une solution pour un mieux-être.*
- 16h20 Comment utiliser les cristaux pour harmoniser son quotidien?**  
Grégory Petr, Cristalothérapeute  
*Le contact avec les cristaux permet de renouer un lien et de se reconnecter à un environnement naturel et ainsi de renforcer son corps et son esprit.*

## ATELIERS

- 11h40 Sophro Ludique intergénérationnelle**  
Nouria Benidjer, Sophrologue/Relaxologue Maître Praticienne
- 12h30 Le Sourire intérieur**  
Françoise Gabriel, Association « Corps intégral »
- 13h20 Méditation & Respiration**  
Mila Accourt, Hypnothérapeute, Coach PNL, Musicothérapeute et instructrice en Méditation
- 14h00 Pause Sophro « (Re) Trouver le calme en soi »**  
Valérie Piroud, Sophrologue/Relaxologue Praticienne
- 14h10 Auto-massage Chinois**  
Véronique Denis, Praticienne en Massages Bien-être
- 15h40 Découvrir le Shutaïdo**  
David Apruzzese, Instructeur Shutaïdo
- 16h30 Mandala Initiation**  
Annie-France Mauclert, Soins relaxants, Reiki, Fleurs de Bach, Mandalas
- 17h10 Vivre le mouvement avec le Qi Gong**  
Christine Peyre, enseignante Qi Gong, Association « La Boîte à l'Être »

## Pour les enfants...

- 15h00 Mandala Initiation (6/14 ans)**  
Annie-France Mauclert, Soins relaxants, Reiki, Fleurs de Bach, Mandalas
- 15h00 Voyage sophrologique « A la rencontre de son papillon » (6/10 ans)**  
Sylvie Devireux, Sophrologue Praticienne
- 16h20 Sophro Rigolo « Eveil des sens et sens en éveil » (6/9 ans)**  
Nouria Benidjer, Sophrologue/Relaxologue Maître Praticienne
- 17h10 Pause autour de jeux musicaux (6/12 ans)**  
Mila Accourt, Hypnothérapeute, Coach PNL, Musicothérapeute et instructrice en Méditation

## ET AUSSI...

... Au fil de la journée, des pratiques sur les stands : Massage assis, Massage des mains, Réflexologie, Reconnexion, Sophrologie, «Fascia Shiatsu»....

... A partir de 11h30, Restauration «Bio» avec le magasin «Le Fermier».

... A 18h00 Tirage au sort de la Tombola : Les praticiens du salon vous offrent des rendez-vous !

Seront également présents des professionnels dans les domaines de : la Réflexologie, le Reiki, la Naturopathie, l'Hypnose, la Coiffure énergétique, la Diététique, le Feng Shui, le Coaching... et des produits de beauté naturels.

Contacts/Informations :

Valérie Piroud 06.79.81.08.42 - David Apruzzese 06.30.05.77.74  
salonletraunaturel@gmail.com & sur Facebook : SALON L'Être au naturel