

Programme détaillé



Vendredi 17 Avril 2026

- Ateliers individuels	pages	2 à 6
- Ateliers collectifs	pages	7 à 10
- Si on parlait de...	page	11
- Conférences	page	12

Samedi 18 Avril 2026

- Ateliers individuels	pages	13 à 19
- Ateliers collectifs	pages	20 à 23
- Si on parlait de...	pages	24 à 25
- Conférences	pages	26 à 27

Dimanche 19 Avril 2026

- Ateliers individuels	pages	28 à 33
- Ateliers collectifs	pages	34 à 37
- Si on parlait de...	pages	38 à 39
- Conférences	page	40

Le petit Marché & Ateliers	page	41
---------------------------------------	------	----

Vendredi 17 avril

ATELIERS INDIVIDUELS (découverte 20-25 mn)

14h-15h30 > Massage bébé Shantala avec Marylou TOTOMELA

Le rituel indien qui transforme le quotidien de bébé – (technique d'origine Indienne)

D'une durée entre 5 et 30 minutes en fonction de bébé, il peut se pratiquer tous les jours sous forme de petits rituels.

Le massage Shantala représente bien plus qu'une simple technique de relaxation : c'est un véritable cadeau que vous offrez à votre bébé pour son développement harmonieux

Contrairement à d'autres formes de massage, le Shantala repose sur une philosophie profonde : le toucher est le premier langage du nouveau-né,

Les techniques utilisées massage Bébé Shantala sont des manœuvres dites de bracelets, lissages doux, frictions légères, mouvements circulaires.

Ces gestes fluides et rythmés créent une véritable communication non verbale entre le parent et l'enfant.

Amélioration de la digestion : les mouvements circulaires sur le ventre facilitent l'élimination des gaz et soulagent efficacement les coliques du nourrisson

Stimulation de la circulation sanguine et lymphatique : favorise une meilleure oxygénation des tissus et renforce le système immunitaire

Soulagement des petits maux quotidiens : tensions musculaires, poussées dentaires, inconforts liés à la croissance

Amélioration notable du sommeil : un bébé massé régulièrement s'endort plus facilement et dort plus profondément

Si bébé dort ou est absent, le travail se fera sur un poupon

14H-15H45 > Photostimulation avec Florence BARRIER

Voyage intérieur avec la Dream Machine

Offrez-vous une parenthèse hors du temps grâce à la photostimulation. Confortablement installé.e, paupières fermées, vous vous laissez porter par des jeux de lumières douces et rythmées qui invitent le cerveau à ralentir et à entrer dans un état proche de la méditation.

Cette expérience sensorielle immersive favorise la détente profonde, le lâcher-prise et l'apaisement mental. Elle peut également contribuer à réduire le stress, améliorer la qualité du sommeil ou favoriser la concentration et la créativité.

Un véritable moment de pause pour le corps et l'esprit.

14h-15h45 > Bilan et nettoyage Énergétique avec Luisa DA COSTA

Avant de nettoyer, j'effectue une lecture de l'état actuel de la personne. L'idée est d'identifier les zones de blocage ou de fuite d'énergie.

- Analyse des centres d'énergie : On vérifie l'équilibre des chakras (les points de jonction énergétique).
- Examen de l'aura : Observation des couches subtiles entourant le corps.
- Identification des blocages : Recherche de tensions liées à des émotions refoulées, au stress ou à des chocs passés. Une fois les blocages identifiés, le nettoyage consiste à "balayer" les énergies dites négatives ou stagnantes pour restaurer une circulation fluide.
- Libération émotionnelle : Évacuer les "poids" psychologiques accumulés.
- Harmonisation : Rééquilibrer les flux pour que l'énergie circule de manière homogène dans tout le corps.
- Protection : Renforcer le champ énergétique pour mieux faire face aux agressions extérieures (stress, environnements toxiques).

14h-15h45 > Reiki avec Laëtitia MICHEL

Le reiki est une méthode de rééquilibrage énergétique d'origine japonaise.

14h-15h45 > Massage du ventre avec Céline CANILLAS

MASSAGE VENTRE/INTESTINS INSPIRATION « Chi Nei Tsang »

Le ventre a une importance capitale dans notre quotidien. Il a pour mission de digérer nos aliments mais participe amplement à digérer nos émotions. Le massage que je vous propose s'inspire du « chi nei Tsang ». Il permet de libérer toutes sortes d'émotions, libère le stress, participe à la relaxation des organes internes, ...

La détente y est complète

14h-15h45 > Massage des 5 continents avec Lucy LEFEBVRE

« Meilleur massage du monde »

Traitement d'équilibrage énergétique global.

Se reconnecter avec la source et son énergie vitale grâce au massage, à l'aromathérapie et à l'énergie du magnétisme.

Bienfaits : détox lâcher-prise revitalisation reconnexion

14h-16h45 > Réflexologie plantaire avec Cinthya DEBATY

La réflexologie c'est 7200 terminaisons nerveuses sur chacun de vos pieds, elle agit subtilement sur la décontraction, le lâcher prise ; laissez-vous aller à cette découverte par Cynthia.

14h30-16h15 > Voyance avec Sabine CHASSARY

Pourquoi consulter une voyante ?

- Pour obtenir un éclairage clair sur une situation précise
- Pour comprendre vos émotions ou l'origine d'un blocage
- Pour connaître les énergies qui vous accompagnent actuellement
- Pour vous aider à prendre une décision importante
- Pour mieux comprendre votre évolution spirituelle

Vous avez besoin :

- de réponses face à des questionnements ;
- de clarté face à des doutes ;
- de conseils des guides et archanges pour dépasser une problématique ;
- d'une meilleure visibilité quant à votre avenir...

14h30-16h15 > Médecine symbolique avec Yves JUTAN

Prendre soin de soi

Une séance en Médecine Symbolique, vous propose un nouveau regard sur vous-même et vous permet de comprendre votre fonctionnement profond.

C'est un accompagnement bienveillant.

Vous posez votre demande puis ensemble, aidés par les baguettes coudées, nous donnons du sens afin de répondre à cette demande.

14h30-16h15 > Numérologie avec Marie DEMILLY

Quels sont vos chiffres de vie ? Le hasard n'existe pas. Chacun de nous unique, singulier, original et "prédestiné"

Grâce à vos nom et prénoms, votre date de naissance, une ligne déjà se dessine. Une ligne qui incline et ne

détermine pas ! Quels chiffres vous accompagnent, vous soutiennent et vous orientent ? La numérologie est à la fois ludique et instructive. Un outil efficace dans la connaissance de soi et en développement personnel.

14h30-16h15 > 3 cartes pour un regard avec Brigitte PORTOLANO

3 cartes pour 1 regard intérieur spontané

Vous vivrez une harmonisation de vos champs énergétiques suivie d'une guidance intuitive relatant les besoins révélés.

15h45-17h15 > Massage Facial Japonais « Anti-Âge, KOBIDO » avec Marylou TOTOMELA

Le modelage facial japonais anti-âge « kobido » du visage détend les traits et relance la circulation énergétique, c'est un rituel ancestral de beauté.

L'effet lifting est immédiat après la séance, la peau est rebondie, le teint plus frais, l'ovale du visage redessiné

Lâcher prise, évacuation du stress. Effets sédatifs : amélioration du sommeil.

Relance l'échange intercellulaire : tonification de la peau.

Relâchement musculaire.

Stimulation de la circulation sanguine, lymphatique et énergétique.

Régulation de la respiration et du rythme cardiaque.

15h45-18h15 > Kinésiologie avec Jérémy HERVANT

Le test musculaire est notre outil. C'est un dialogue direct avec votre inconscient. Le corps se souvient de tout ce que votre mental a tenté d'oublier.

16h30-18h15 > Massage à 4 Mains avec Virginie, Lisa et Siranouch LES FEES DU MIROIR

Massages intuitifs à quatre mains, proposés sous tente snoezelen pour une immersion sensorielle profonde et enveloppante.

16h45-18h30 > Manupuncture avec Gilles RABOUIN

Je vous propose, le temps d'une rencontre, d'entrer dans un univers subtil et sensible, un espace où le corps devient langage et où les déséquilibres peuvent s'exprimer autrement.

Un lieu, un « temps », où l'on écoute ce que les mains racontent.

Car dans chaque main se reflète l'ensemble du corps : son histoire, ses tensions, ses fragilités... mais aussi ses ressources.

La manupuncture est une méthode d'origine coréenne visant à rééquilibrer les méridiens énergétiques à travers des points précis situés dans les mains.

Elle agit comme un soutien naturel face aux troubles aigus ou chroniques, en accompagnant le corps vers son propre équilibre.

Il ne s'agit ni d'un acte médical ni d'une pratique invasive, mais d'un accompagnement énergétique respectueux de la personne et de son rythme.

« Comment les mains peuvent-elles refléter l'ensemble du corps ? »

Je vous parlerai de cette cartographie fascinante, de cette correspondance étonnante entre la main et nos organes.

Je vous parlerai de ce moment si particulier où la rencontre entre la personne, son histoire et cette technique permet parfois un véritable déplacement intérieur.

La manupuncture offre un espace pour agir, pour comprendre autrement ses douleurs, retrouver un mieux-être et reprendre part activement à son équilibre.

C'est avec conviction et bienveillance que je vous propose de découvrir cette approche et de partager mon expérience.

16h45-18h30 > Soin énergétique avec Céline CANILLAS

L'énergie est la base de toute vie. Sans énergie, tout serait gris ! Une vitalité à l'équilibre dans un corps participe à une santé saine.

Le soin proposé ce week-end est un nettoyage des énergies et impuretés installées sur votre corps physique suivi d'un rééquilibrage des chakras et de chaque élément (terre eau, air et feu). Il permet une libération au niveau émotionnel et un réancrage de vos racines

16h45-18h30 > Massage des 5 continents avec Luisa DA COSTA

Découverte d'une zone au choix (dos, bras, jambes, ventre et visage)

Soin relaxant unique qui combine différentes techniques de massage du monde : Ayurvédique, Tui Na, Lomi Lomi, Californien et Toucher Drainant, et est accompagné d'une synergie de 10 huiles essentielles rigoureusement sélectionnées

- Nettoie les toxines physiques et décharge les émotions.
- Stimule le système immunitaire et le processus de régénération.
- Réactive l'énergie vitale et la joie de vivre (Kundalini).
- Relâche les tensions musculaires et nerveuses, bien-être global immédiat.

17h-18h > Numérologie avec Valérie RODRIGUEZ

La numérologie, pour moi, c'est une rencontre avec son âme.

À partir de votre date de naissance, on découvre votre vibration profonde.

Votre chemin de vie, c'est votre grande direction, ce pour quoi vous êtes venue expérimenter, apprendre, transmettre.

Souvent, quand on découvre son chemin de vie, il y a un silence, un sourire.... Parce que ça résonne.

"Ça met de la lumière sur ce que vous saviez déjà au fond."

La numérologie ne prédit pas. Elle éclaire.

Elle aide à comprendre :

- Pourquoi certaines expériences reviennent
- Pourquoi certains défis insistent
- Quels sont vos talents naturels
- Où la vie vous pousse à grandir

C'est une boussole. Un miroir. Un outil d'alignement.

17h-18h30 > Parenthèse poétique avec Isabelle ROQUES

Je vous invite à faire une pause et à venir découvrir l'espace d'un instant un moyen d'expression différent : une invitation à la créativité au travers d'un bricolage poétique singulier.

Je vous propose de nous rencontrer et de vous éclairer sur l'art-thérapie que je pratique.

Puis un temps juste pour vous, une expérience singulière ou-bien curieuse, une invitation à mettre en mouvement les éléments et faire de vos mains les messagères de votre parole.

Un temps juste pour soi où vous pourrez laisser votre part de créativité s'exprimer.

"Et si on jouait à présent !"

Ici, aucune compétence artistique n'est nécessaire.

Je n'en dis pas plus, juste peut-être osez le pari d'une rencontre dans l'instant et à votre rythme, une rencontre avec et pour vous-même !

17h30-18h30 > Soin Lahochi avec Florence BARRIER

Soin énergétique Lahochi – Harmoniser corps et esprit

Le Lahochi est une technique énergétique douce de rééquilibrage et d'harmonisation. Transmise par l'apposition des mains, cette pratique vise à soutenir la circulation de l'énergie dans le corps et à favoriser la détente physique, mentale et émotionnelle.

Pendant la séance, vous profitez d'un moment de profonde relaxation, de recentrage et de bien-être, permettant de relâcher les tensions et de retrouver un état d'apaisement intérieur.

17h30-18h30 > Massage Californien avec Marylou TOTOMELA

Le massage californien fait partie de la famille des massages psychocorporels

Il s'agit d'un modelage relaxant qui est souvent effectué avec de l'huile.

Le massage californien procure une détente complète. C'est un excellent moyen de rétablir votre énergie et de vous libérer des tensions accumulées, sentiment de bien-être permanent, lâcher-prise,

Soulage la contraction des muscles dus à des processus psychosomatiques

Améliore l'irrigation des tissus grâce à la stimulation de la circulation sanguine et lymphatique

Retrouve un équilibre nerveux grâce aux manœuvres apaisantes sur de nombreuses terminaisons nerveuses

Apporte une relaxation psychologique et un éveil des sens permettant à la personne d'être plus à l'écoute de son corps et de l'accepter dans son entièreté

Libère le stress

18h-18h30 > TIPI avec Gaelle HAMEAU

C'est un « revécu sensoriel ». Elle vise à identifier et supprimer les angoisses, l'anxiété, les peurs. Sa fonction est de vous libérer de ces émotions, tellement envahissantes, que cela vous freine, vous paralyse, vous apporte de l'inconfort jour après jour et impacte votre vie quotidienne.

Vous avez une situation concrète ?

Cette séance individuelle vous rend autonome pour l'utiliser dans votre vie de tous les jours.

Vendredi 17 avril

Ateliers COLLECTIFS

14h-15h > Hatha Yoga avec Christine VIRGILIO

Science ancienne venant de l'Inde, regroupant de nombreux types de yoga.

Christine vous proposera le Hatha-Yoga qui permet de faire des exercices corporels toujours associés à la concentration, en tenant compte de la respiration, sans jamais brusquer le corps et en acceptant toujours ses possibilités.

14h-15h15 > Fitness zen avec Myriam BAUER

Bouger en Pleine Conscience

Un atelier dynamique qui mêle mouvements simples, respiration et ancrage corporel.

Les participants apprennent à écouter leurs sensations, canaliser leur énergie et renforcer leur concentration grâce à une activité physique douce mais tonifiante. L'objectif est de développer une meilleure conscience de soi tout en libérant les tensions.

14h-15h15 > sophro duo parent/enfant "7-9 ans " avec Christelle COSTES

Comprendre ses émotions et trouver une solution

Un temps corporel et respiratoire suivi d'un travail autour de la roue des émotions et des besoins, adaptée à l'âge.

Les enfants identifient une émotion, ce qui se passe dans leur corps et une solution simple pour se réguler.

Objectif : faire le lien entre émotion, ressenti corporel et action possible.

14h-15h15 > Émotions en papier duo parent/enfant avec Sandrine GREUSARD

Cet atelier collectif propose une exploration créative à base d'aquarelle et de feutres dans une approche intuitive et accessible à tous. Pendant 1h30, les participants sont invités à expérimenter librement les couleurs, l'eau et les formes, dans un moment de détente et de présence à soi. Aucun prérequis n'est nécessaire : il n'est pas utile de savoir dessiner ou peindre. L'atelier met l'accent sur le plaisir d'explorer, de laisser émerger les couleurs et de se laisser guider par le processus créatif plutôt que par le résultat.

Et en une phrase : Atelier d'exploration créative autour de l'aquarelle intuitive, ouvert à tous sans prérequis, pour expérimenter les couleurs et se reconnecter à sa créativité dans un moment de détente.

14h-15h30 > Portrait chinois avec Muriel LENOBLE

Connaissance et conscience de Soi

Plongée au cœur de vous-même, à travers l'atelier portrait chinois, connaissance et conscience de soi. Exploration ludique en détournant le mental par l'imaginaire pour révéler vos forces, vos aspirations essentielles et repartir avec une vision de votre identité

14h-15h30 > Yoga immersif avec Virginie, Lisa et Siranouch « LES FEES DU MIROIR »

Yoga immersif (avec casque son 8D)

14h30-16h > Expression picturale avec Isabelle ROQUES

Médiation artistique intergénérationnelle et de groupe

Je vous propose de venir faire l'expérience d'un atelier de peinture unique. L'atelier « l'Abri-Co-l'Orée » est un atelier de peinture libre où la spontanéité du tracé fleurte librement sur la toile, comme une invitation à explorer le tracé et les couleurs du bout des pinceaux.

15h-17h > Rando croquis avec Sophie MARQUANT

Cette balade créative est une invitation à ralentir et à se reconnecter à l'instant présent.

Au fil d'une marche douce, ponctuée de pauses croquis, les participant·es sont invité·es à observer le paysage autrement : lignes, rythmes, lumière, sensations.

Le croquis devient ici un outil d'attention et de présence, accessible à tous, sans prérequis en dessin.

Un temps pour marcher, respirer, regarder... et laisser la main traduire ce que le regard perçoit.

Une expérience sensible et apaisante, en lien avec la nature et le moment présent.

15h15-16h45 > Massage vibratoire et bain sonore avec Maria MICHEL

Offrez-vous un moment hors du temps. Allongé confortablement, laissez-vous guider par les sons et les vibrations des bols chantants népalais.

Les fréquences vibratoires favorisent une relaxation profonde, invitent à l'harmonisation énergétique et au lâcher-prise du corps et de l'esprit. Un véritable voyage intérieur, accessible à tous basé sur la résonance vibratoire.

15h30-16h45 > Méthode Feldenkrais avec Martine GARCIA

Le mouvement, c'est la Vie !

Telle pourrait être la devise du Feldenkrais, une méthode d'éducation somatique du nom de son créateur : Moshe Feldenkrais (1904 – 1984).

Éliminer nos tensions, retrouver une colonne vertébrale mobile, un cou et des épaules libres, trouver son centre et ses appuis, marcher avec légèreté et aisance, nous en rêvons tous.

Et si, grâce à la Méthode Feldenkrais, nous pouvons nous réapproprier ces compétences perdues ?

Eh bien, OUI, nous le pouvons ! Notre corps et notre Cerveau ne font qu'un !

La Méthode Feldenkrais les réconcilie par des mouvements faciles, exécutés sans effort, mais inhabituels et étonnants que nous propose de découvrir cette Méthode.

Son originalité réside dans sa façon d'aborder le mouvement pour atteindre l'Être dans sa globalité. Les mouvements sont proposés verbalement, sans modélisation pour retrouver en nous les compétences du bébé que nous étions, qui ne savait rien faire et qui a tout appris.

Le ressenti, la prise de conscience, vont nous permettre de sortir des tensions, des habitudes, des blocages qui se sont installés au fil du temps et dont nous n'avons plus conscience.

Nos humeurs peuvent affecter notre posture ; mais notre posture peut aussi affecter notre humeur.....

Parce que le Mouvement est la Clé de la Vie, la Méthode Feldenkrais convient à tout un chacun : pas d'obligation, pas de performance, pas d'attente, juste sentir, se reconnecter à soi...

16h-17h15 > Émotions en papier duo parent/enfant avec Sandrine GREUSARD

Cet atelier collectif propose une exploration créative à base d'aquarelle et de feutres dans une approche intuitive et accessible à tous. Pendant 1h30, les participants sont invités à expérimenter librement les couleurs, l'eau et les formes, dans un moment de détente et de présence à soi. Aucun prérequis n'est nécessaire : il n'est pas utile de savoir dessiner ou peindre. L'atelier met l'accent sur le plaisir d'explorer, de laisser émerger les couleurs et de se laisser guider par le processus créatif plutôt que par le résultat.

Et en une phrase : Atelier d'exploration créative autour de l'aquarelle intuitive, ouvert à tous sans prérequis, pour expérimenter les couleurs et se reconnecter à sa créativité dans un moment de détente.

16h30-17h45 > Le DO IN avec Véronique ROYER

Le terme Do signifie en japonais « la voie » et In est une racine désignant l'énergie. On peut considérer le Do-In comme la Voie de l'énergie. Cette méthode dérivée du Shiatsu consiste en un enchaînement fluide d'exercices d'étirements et de rotations des membres et articulations, de percussions et de pressions le long des méridiens (tracés énergétiques corporels) et sur les zones réflexes, effectués en pleine conscience de sa respiration. Excellent outil anti-stress, le Do-In est très efficace pour apprendre à se détendre et à apaiser ses tensions. Cette « gymnastique » énergétique agit en profondeur et permet de prendre conscience de ses propres déséquilibres et de se reconnecter à soi. Un moyen de se revitaliser et réenergiser en toute autonomie. La séance se termine par un petit temps de détente accompagné du son équilibrant des bols tibétains.

Le participant au cours de Do-In sera vêtu de préférence d'une tenue confortable et ample en coton et amènera un tapis de yoga, une couverture et de l'eau.

16h30-17h45 > Booster votre mémoire avec Gaëlle HAMEAU

Clé en main, pour apprendre à mieux mémoriser, que ce soit dans un environnement professionnel ou dans sa vie de tous les jours. Séance ludique avec trucs et astuces pour améliorer sa mémoire.

Ma voix vous accompagne dans ce voyage sophrologique calme et doux vers une Détente LIBÉRATRICE. Quand votre corps rassure votre mental et votre cœur !

En direct, je m'enregistre pendant la séance et l'audio sera dispo à votre demande via WhatsApp.

Un tapis, un plaid, un petit coussin et vous...

16h45-18h15 > Mandala thérapeutique avec Nadège SATTI

Nadège SATTI, artiste peintre en art vibratoire et énergétique, vous invite à venir découvrir la création du mandala, art millénaire de création graphique sur la base d'un cercle. Il n'y a pas besoin de connaissance ou de pratique particulière en dessin, le mandala a pour but d'encourager sa créativité et son expression avant toute chose. Les participants sont guidés tout au long de leur processus créatif afin de pouvoir laisser s'exprimer ce qu'il y a lieu par les formes et les couleurs. La création du mandala en plus de son intérêt créatif à un effet bénéfique déstressant. Cet exercice de méditation active par le dessin est un outil de régulation émotionnelle, de recentrage et de concentration. Un moment à la fois de création et de bien-être.

17h-18h15 > Yin Yoga avec Lucy LEFEBVRE

Le Yin Yoga propose un voyage intérieur à travers des étirements profonds et une relaxation guidée. Cette approche lente soutient la souplesse, la récupération et l'équilibre émotionnel. Idéal pour découvrir une autre façon de pratiquer le yoga en douceur. Cet atelier découverte est ouvert à tous, sans prérequis.

Prévoir un tapis de yoga, un plaid, et un bolster / coussin

17h15-18h30 > Wutao et le chant du souffle avec Magali GUERISOLI

Le Wutao est un art corporel contemporain en mouvement, fondé sur la restauration d'une onde dans la colonne vertébrale et la libération de la respiration.

Voie du geste sensible, pratique évolutionnaire qui « éveille l'âme du corps », le Wu-tao affirme que le 21e siècle sera sensoriel ou ne sera pas.

Créé en 2000 par un couple de Français, le Wutao est né d'une aspiration profonde à la connaissance de soi, et du Soi, et d'une inspiration créative en laissant émerger une nouvelle façon de « bouger ».

L'art du Wutao se décline en 12 mouvements de base et une dizaine d'éveils de l'onde. Il se pratique debout, assis et au sol. Il s'adresse à toutes et tous sans condition d'âge.

Pratiquer le Wutao, c'est ramener notre attention à l'intérieur de nous, entendre à nouveau notre musique singulière. Peu à peu...Le mouvement devient danse. Le geste devient sentiment. Toute notre corporalité s'harmonise à l'unisson de nos sensations, de notre cœur et de notre esprit. L'âme du corps s'éveille. La beauté s'invite. Et avec elle, l'intuition de l'éternité.

Le Chant du Souffle est un art de la respiration.

Basé sur la restauration du cycle spontané de la respiration, sa pratique libère le souffle dans un sentiment infini de bien-être.

Vivre le Chant du Souffle, c'est respirer la vie à pleins poumons, sentir la joie palpiter en soi et pétiller autour de soi, c'est se libérer de ses tensions et de ses peurs.

Sa pratique nous invite à entrer dans une nouvelle qualité de présence à nous-même. Elle transforme profondément le quotidien.

Le Chant du Souffle consiste à jouer avec son souffle comme on joue d'un instrument de musique. Il se compose d'une vingtaine de motifs rythmiques. Il restaure le groove, la musicalité primordiale de notre souffle et de notre corporalité. Sans aucun prérequis en musique ou en chant, la pédagogie poético-sensorielle du Chant du Souffle permet d'accéder à ces espaces avec simplicité et plaisir.

Le Chant du Souffle restaure le souffle et l'élan vital, la pulsation primordiale et originelle en nous connectant à la source de la joie. Il donne accès à des espaces ressourçants et dynamisants en offrant des temps de régénération et d'expansion.

C'est une vraie célébration ! En groupe, en cercle ou seul.e, c'est un espace de reliance profonde à soi et au monde qui s'installe.

17h30-18h45 > Médecine symbolique avec Yves JUTAN

Harmonisation Habitat/Habitant

Miroir inconscient des personnes qui occupent le lieu, l'habitat est le principal levier d'action de la Médecine Symbolique©. Reposant sur une approche sensible, l'Harmonisation habitat-habitant© met en évidence les liens étroits entre un lieu d'habitation (ou de travail) et ses occupants.

Les phénomènes qui se manifestent dans l'habitat révèlent l'existence d'une interaction subtile entre un propriétaire ou un locataire et l'extension symbolique de son territoire.

17h30-18h45 > Numérologie avec Marie DEMILLY

Atelier découverte et pratique de la numérologie : ludique et instructif ! Partons du postulat que le hasard n'existe pas et regardons de plus près. Tout, partout autour de nous est énergie. Que nous en ayons conscience ou pas nous vivons sous de multiples influences : relationnelles, culturelles, environnementales, médicamenteuses semblent évidentes alors que d'autres le sont beaucoup moins, voir même controversées ! Et pourtant....

17h45-18h45 > Méditation olfactive avec Cinthya DEBATY

En cercle nous allons nous connecter à l'huile essentielle d'une plante, ressentir et voyager grâce à elle, puis nous prendrons un moment pour partager l'expérience.

Processus créatif afin de pouvoir laisser s'exprimer ce qu'il y a lieu par les formes et les couleurs. La création du mandala en plus de son intérêt créatif à un effet bénéfique déstressant. Cet exercice de méditation active par le dessin est un outil de régulation émotionnelle, de recentrage et de concentration. Un moment à la fois de création et de bien-être.

Vendredi 17 avril

Si on parlait de ...

14h-15h30 > Angéologie avec Christian MULBERG

L'angéologie Traditionnelle est un enseignement plus que millénaire. Il est exprimé dans la Kabbale, et représente son aspect psychologique. C'est le résultat d'une longue épopée qui nous amène à faire face à nos peurs et à plonger dans nos profondeurs intérieures pour y injecter la lumière et la compréhension. Cet enseignement propose un travail sur le développement de la conscience humaine. Pensez à pouvoir disposer de vos date et heure de naissance afin de connaître les vibrations angéliques qui vous soutiennent dans votre vie.

14h30-16h > Géométrie sacrée/nombre d'or avec Nadège SATTI

La géométrie sacrée et le nombre d'or.

Une conférence pour découvrir ce langage universel qu'est la géométrie sacrée et la présence du nombre d'or, divine proportion, dans tout ce qui nous entoure. Une géométrie du vivant à la fois complexe et fascinante, un ensemble de formes et de symboles que l'on retrouve partout dans la nature, dans notre quotidien, à travers l'histoire, les différentes cultures, l'art ou la spiritualité.

15h45-17h15 > Le nez dans les étoiles avec Violaine SINSOU

Réhabiliter l'odorat, notre sens le plus intime.

Depuis que l'homme se tient debout, il a délaissé son odorat au profit de la vue. Cette conférence explore l'histoire et la biologie de ce sens méconnu, de son fonctionnement, de nos capacités face à celles du chien jusqu'aux pathologies comme l'anosmie, l'hyposmie ... Découvrez l'histoire de ce sens mal-aimé et comment la rééducation olfactive peut muscler votre cerveau et redonner, concrètement, du relief à votre vie émotionnelle.

16h-17h15 > Les 4 piliers de l'être avec Muriel LENOBLE

Le Bilan de Vie /Le bilan de compétences

On fait l'entretien de sa chaudière tous les ans et la révision de sa voiture tous les 20 000 km. Mais quand avez-vous fait, pour la dernière fois, la 'révision' de votre propre Vie ? Nous passons notre vie à répondre aux attentes des autres (patrons, famille, société) en oubliant de vérifier si le moteur, c'est-à-dire vous, est toujours d'accord avec votre chemin de Vie. Cette pause est nécessaire et nous allons explorer deux outils puissants mais souvent méconnus : le Bilan de Vie et le Bilan de compétences. Venez avec vos doutes, repartez avec une boussole. Pour que 'mieux-être' ne soit plus un mot à la mode, mais votre réalité quotidienne.

Prenez 30 secondes pour répondre honnêtement à ces 2 questions :

1. Le Matin : Sur une échelle de 1 à 10, quel est votre niveau d'enthousiasme en commençant votre journée ?
 2. L'Équilibre : Si vous deviez noter votre satisfaction globale (vie pro + vie perso) aujourd'hui, ce serait quelle note ?
- Si vous avez obtenu moins de 5 à l'une ou aux 2 questions, cette conférence a été conçue pour vous.

17h30-18h45 > Nettoyage des mémoires karmiques avec Sabine CHASSARY

Sensation de répéter des schémas, comportements récurrents, croyances limitantes, relations toxiques qui reviennent sans cesse (amicales, amoureuses, familiales ou professionnelles), sentiment d'être bloqué(e) ou de ne pas réussir à avancer...

Le nettoyage des mémoires karmiques permet de conscientiser et débloquent une mauvaise mémoire qui impacte négativement sur votre vie actuelle. C'est un soin qui travaille sur le transgénérationnel, les vies antérieures, les mémoires familiales et les traumatismes de vie actuelle.

18h-19h > Les 5 piliers essentiels pour une santé durable avec Sonia MEZLINI

Il est essentiel de vivre chaque jour avec énergie et bien-être pour profiter pleinement de la vie. Venez découvrir les 5 piliers essentiels de la santé en naturopathie, des principes simples mais puissants pour rétablir l'équilibre de votre corps et de votre esprit. En tant que naturopathe, je vous dévoilerai ces piliers pour retrouver une vitalité optimale. Vous pourrez ensuite explorer ces pistes pour transformer votre santé naturellement. Rejoignez-nous pour cette conférence enrichissante et commencez dès maintenant à prendre soin de vous.

Vendredi 17 avril

Conférences ...

16h-17h > Méthode Zhong Fu avec Sandrine JOVIADO

"La Méthode Zhong Fu représente une synthèse unique de la médecine traditionnelle chinoise et de la médecine occidentale non conventionnelle. Enracinée dans les principes de l'énergétique traditionnelle chinoise, elle met en lumière l'unité du corps humain et la circulation essentielle de l'énergie. L'approche distincte de Zhong Fu repose sur le diagnostic par le pouls chinois, un outil traditionnel qui révèle l'état énergétique des organes et identifie les déséquilibres.

Elle aide le corps à retrouver sa santé et accompagne l'individu dans son chemin de vie."

17h30-18h30 > Amour de soi avec Eva DAGUZAN

"Comment aimer sans se perdre"

Et si aimer ne voulait pas dire se perdre ? Pourquoi, en amour, nous nous oublions parfois sans même nous en rendre compte...Et comment rester soi tout en étant en lien avec l'autre. Un moment pour comprendre, se retrouver... et revenir à l'essentiel.

Psychopraticienne spécialisée en Santé Psychosomatique et Mécanismes Inconscients

19h30-20h30 > honorer l'Etre Humain dans le soin avec Alexandra BUTEAU

Ici nous allons questionner :

- ce qu'est un être humain aux yeux de la science et de la biologie,
- ce que les sagesse ancestrales nous enseignent,
- ce que chacun d'entre nous vit au quotidien dans son expérience d'être humain.

Et ainsi peut-être changer de regard : si le soin dépassait le simple espace des cabinets professionnels de thérapie ?

Samedi 18 avril

ATELIERS INDIVIDUELS (découverte 20-25 mn)

10h-10h30 > Réflexologie plantaire avec Jessica SOULAT

Réflexologie plantaire énergétique chinoise – Et si vos pieds racontaient votre état intérieur ! PADMA
NATUROPATHIE & REFLEXOLOGIE - Jessica Soulat

Le pied présente plus de 7200 terminaisons nerveuses reliées aux organes et aux différentes parties du corps. La réflexologie plantaire est une thérapie manuelle, qui considère le corps humain dans son ensemble et part du principe que chaque partie du corps, chaque glande, chaque organe, correspond à une zone, dite "zone réflexe", que nous retrouvons sur et sous nos 2 pieds. Les pieds sont la représentation miniaturisée du corps humain. La stimulation de ces 7200 terminaisons nerveuses du pied procure une intense sensation de détente, de relaxation profonde et induit des réactions d'auto-régulation.

L'effet relaxant procuré, grâce à ce toucher des zones réflexes des pieds, débarrasse le système nerveux de ses tensions, d'oppressions ou même d'émotions négatives. En détendant le corps, on lui évite les problèmes qui découlent des états de nervosité ou d'anxiété.

De nombreux désagréments ou troubles fonctionnels peuvent aussi être pris en compte : la fatigue, le stress, l'insomnie, la migraine, les problèmes gastriques, hormonaux, articulaires...
Venez découvrir une pratique ancestrale au service de tous !

10h-11h > Zen shiatsu avec Véronique ROYER

Le Zen SHIATSU initié par Shizuto Masunaga est une thérapie par le Toucher qui se distingue par son approche globale de la personne (état physique, psychologique, mode de vie...) et qui se pratique de façon traditionnelle au sol sur un matelas. Reconnu officiellement au Japon comme Médecine à part entière, le Shiatsu est un formidable moyen de rééquilibrer, d'harmoniser les énergies par le biais de pressions le long des méridiens (tracés énergétiques). Cette discipline ancestrale qui s'inscrit dans la tradition orientale de la prévention s'attaque aux causes des déséquilibres. Les Chinois disent : « Quand l'énergie stagne, les maladies arrivent. » Le Zen SHIATSU permet de soulager les douleurs physiques, d'apaiser les souffrances morales, de développer son immunité ou encore de mieux gérer son quotidien et de se sentir mieux dans son corps et dans sa tête. Cet Art s'adresse à tous de l'enfant (à partir de 7 ans) à la personne âgée.

Il est recommandé de porter pendant la séance des chaussettes ainsi que des vêtements amples et confortables recouvrant bras et jambes (en coton de préférence) et d'ôter au préalable montres et bijoux. Venir accompagnés d'une grande serviette de bain.

10h-11h45 > Médecine symbolique avec Yves JUTAN

Prendre soin de soi

Une séance en Médecine Symbolique, vous propose un nouveau regard sur vous-même et vous permet de comprendre votre fonctionnement profond.

C'est un accompagnement bienveillant.

Vous posez votre demande puis ensemble, aidés par les baguettes coudées, nous donnons du sens afin de répondre à cette demande.

10h-11h45 > Cartomancie avec Sophie GARCIA

Soin de libération héréditaire, transgénérationnelle ancestrales par la cartomancie :

Un moment pour soi de libération des mémoires familiales personnel et héréditaire et de tout schémas négatifs ou aide en cartomancie médiumnité constructive tout domaine de vie.

10h-11h45 > Numérologie avec Valérie RODRIGUEZ

La numérologie, pour moi, c'est une rencontre avec son âme.

À partir de votre date de naissance, on découvre votre vibration profonde.

Votre chemin de vie, c'est votre grande direction, ce pour quoi vous êtes venue expérimenter, apprendre, transmettre.

Souvent, quand on découvre son chemin de vie, il y a un silence, un sourire.... Parce que ça résonne.

“Ça met de la lumière sur ce que vous saviez déjà au fond.”

La numérologie ne prédit pas. Elle éclaire.

Elle aide à comprendre :

- Pourquoi certaines expériences reviennent
- Pourquoi certains défis insistent
- Quels sont vos talents naturels
- Où la vie vous pousse à grandir

C'est une boussole. Un miroir. Un outil d'alignement.

10h-11h45 > Photostimulation avec Florence BARRIER

Voyage intérieur avec la Dream Machine

Offrez-vous une parenthèse hors du temps grâce à la photostimulation. Confortablement installé.e, paupières fermées, vous vous laissez porter par des jeux de lumières douces et rythmées qui invitent le cerveau à ralentir et à entrer dans un état proche de la méditation.

Cette expérience sensorielle immersive favorise la détente profonde, le lâcher-prise et l'apaisement mental. Elle peut également contribuer à réduire le stress, améliorer la qualité du sommeil ou favoriser la concentration et la créativité.

Un véritable moment de pause pour le corps et l'esprit.

10h-11h45 > Soin énergétique avec Céline CANILLAS

L'énergie est la base de toute vie. Sans énergie, tout serait gris ! Une vitalité à l'équilibre dans un corps participe à une santé saine.

Le soin proposé ce week-end est un nettoyage des énergies et impuretés installées sur votre corps physique suivie d'un rééquilibrage des chakras et de chaque élément (terre eau, air et feu). Il permet une libération au niveau émotionnel et un réancrage de vos racines

10h -11h45 > Massage des 5 continents avec Luisa DA COSTA

Découverte d'une zone au choix (dos, bras, jambes, ventre et visage)

Soin relaxant unique qui combine différentes techniques de massage du monde : Ayurvédique, Tui Na, Lomi Lomi, Californien et Toucher Drainant, et est accompagné d'une synergie de 10 huiles essentielles rigoureusement sélectionnées

- Nettoie les toxines physiques et décharge les émotions.
- Stimule le système immunitaire et le processus de régénération.
- Réactive l'énergie vitale et la joie de vivre (Kundalini).
- Relâche les tensions musculaires et nerveuses, bien-être global immédiat.

10h-11h45 > Naturopathie Ménopause avec Camille LEYMARIE

Apprendre à bien vivre ma ménopause

Un accompagnement individuel pour aider les femmes à mieux comprendre cette période de transition et à adopter des solutions naturelles afin de retrouver confort, sérénité et vitalité.

10h-11h45 > Mieux être chez soi avec Emmanuelle CATRIN

Vous vous questionnez sur votre lieu de vie : ressentis négatifs, problématiques personnelles, transition de vie, envie de changements ... Je vous apporte un éclairage et des pistes de compréhension et d'action pour avancer.

10h-11h45 > Réflexologie plantaire avec Pascal BLAIN

Relaxer : c'est la thérapie anti - stress, libération des tensions nerveuses. Nous pouvons plus facilement rééquilibrer un plan énergétique global, en passant par un état de relaxation.

Décongestionner et éliminer les déchets : mobiliser et dissoudre les dépôts cristallins d'acide urique stagnant dans les pieds puis éliminer les toxines (de soi) et les toxiques (de l'extérieur).

Favoriser la circulation sanguine : augmenter la vitalité et rééquilibrer les fonctions physiologiques.

Améliorer les conditions de vie : aider la personne à objectiver les événements de sa vie par une prise de conscience et une prise de recul, qui passent par le corps. C'est, ici, notre éclairage préférentiel.

10h-11h45 > Iridologie avec Sonia MEZLINI

L'iridologie est une méthode permettant l'observation de vos iris. Lors de cet atelier individuel, je vous guiderai pour identifier vos forces et déséquilibres, puis vous proposerai des solutions personnalisées pour améliorer votre bien-être et votre vitalité. Venez découvrir ce que vos yeux ont à vous révéler sur votre santé.

10h-17h15 > Manupuncture avec Gilles RABOUIN

Je vous propose, le temps d'une rencontre, d'entrer dans un univers subtil et sensible, un espace où le corps devient langage et où les déséquilibres peuvent s'exprimer autrement.

Un lieu, un « temps », où l'on écoute ce que les mains racontent.

Car dans chaque main se reflète l'ensemble du corps : son histoire, ses tensions, ses fragilités... mais aussi ses ressources.

La manupuncture est une méthode d'origine coréenne visant à rééquilibrer les méridiens énergétiques à travers des points précis situés dans les mains.

Elle agit comme un soutien naturel face aux troubles aigus ou chroniques, en accompagnant le corps vers son propre équilibre.

Il ne s'agit ni d'un acte médical ni d'une pratique invasive, mais d'un accompagnement énergétique respectueux de la personne et de son rythme.

« Comment les mains peuvent-elles refléter l'ensemble du corps ? »

Je vous parlerai de cette cartographie fascinante, de cette correspondance étonnante entre la main et nos organes. Je vous parlerai de ce moment si particulier où la rencontre entre la personne, son histoire et cette technique permet parfois un véritable déplacement intérieur.

La manupuncture offre un espace pour agir, pour comprendre autrement ses douleurs, retrouver un mieux-être et reprendre part activement à son équilibre.

C'est avec conviction et bienveillance que je vous propose de découvrir cette approche et de partager mon expérience

11h30-12h > TIPI avec Gaele HAMEAU

C'est un « revécu sensoriel ». Elle vise à identifier et supprimer les angoisses, l'anxiété, les peurs. Sa fonction est de vous libérer de ces émotions, tellement envahissantes, que cela vous freine, vous paralyse, vous apporte de l'inconfort jour après jour et impacte votre vie quotidienne.

Vous avez une situation concrète ?

Cette séance individuelle vous rend autonome pour l'utiliser dans votre vie de tous les jours.

11H45-13H30 > Réflexologie plantaire avec Cinthya DEBATY

La réflexologie c'est 7200 terminaisons nerveuses sur chacun de vos pieds, elle agit subtilement sur la décontraction, le lâcher prise, laisser vous aller à cette découverte par Cynthia.

12h-13h45 > Massage 4 mains avec Virginie, Lisa et Siranouch « LES FEES DU MIROIR »

Massages intuitifs à quatre mains, proposés sous tente snoezelen pour une immersion sensorielle profonde et enveloppante.

12h30-13h > Diapason avec Loraine BONNEMAISON

Et si vous preniez un instant pour écouter ce que votre corps a à vous dire ?

Les diapasons thérapeutiques sont des instruments vibratoires utilisés pour harmoniser le corps et l'esprit.

Leur son pur et précis agit directement sur les fréquences naturelles du corps, favorisant un rééquilibrage en douceur et en profondeur.

Chaque être humain est composé de vibrations. Le stress, les émotions, la fatigue ou les chocs de vie peuvent créer des déséquilibres énergétiques.

Les diapasons permettent de remettre en mouvement l'énergie, là où elle est bloquée ou affaiblie, grâce à des vibrations ciblées appliquées sur le corps ou dans le champ énergétique.

Cette pratique favorise une détente profonde, un apaisement du mental et un relâchement des tensions physiques et émotionnelles.

Elle aide à calmer le système nerveux, à améliorer la qualité du sommeil et à soutenir la capacité naturelle du corps à s'auto-réguler.

Les diapasons thérapeutiques vous invitent à une expérience vibratoire profonde, douce et enveloppante, où le son devient un véritable langage de l'âme.

Chaque vibration émise par le diapason entre en résonance avec votre énergie intérieure. Elle se diffuse dans le corps, traverse les tensions, apaise le mental et invite à un profond lâcher-prise. Peu à peu, le rythme intérieur ralentit, la respiration s'ouvre et un espace de calme s'installe.

Cette pratique aide à libérer les blocages énergétiques, à harmoniser les centres d'énergie et à restaurer une sensation d'unité entre le corps, le cœur et l'esprit.

Les fréquences des diapasons thérapeutiques viennent réveiller la mémoire vibratoire du corps et lui rappeler son état naturel d'équilibre.

Les diapasons accompagnent en douceur les émotions, favorisent la clarté intérieure et soutiennent une profonde détente.

Lors de ce salon bien-être, les séances « découverte » vous offrent l'opportunité d'expérimenter cette approche vibratoire, d'écouter votre ressenti et de vous offrir un véritable moment de reconnexion à vous-même.

Les diapasons thérapeutiques sont également utilisés pour harmoniser les chakras, stimuler la circulation énergétique et renforcer l'ancrage. La séance se vit comme un moment de reconnexion à soi, doux, sécurisant et respectueux du rythme de chacun.

Accessible à toutes et à tous, cette approche convient aussi bien aux personnes stressées, fatiguées, en quête de mieux-être, qu'à celles souhaitant découvrir une méthode énergétique simple et efficace.

12h30-14h15 > Coaching vibratoire avec Muriel LENOBLE

Moment personnalisé pour un réalignement express. Parenthèse pour booster votre énergie et libérer ce qui vous pèse dans l'immédiat. Retrouvez clarté et lâcher-prise.

12h30-14h15 > Voyance avec Sabine CHASSARY

Pourquoi consulter une voyante ?

- Pour obtenir un éclairage clair sur une situation précise
- Pour comprendre vos émotions ou l'origine d'un blocage
- Pour connaître les énergies qui vous accompagnent actuellement
- Pour vous aider à prendre une décision importante
- Pour mieux comprendre votre évolution spirituelle

Vous avez besoin :

- de réponses face à des questionnements ;
- de clarté face à des doutes ;
- de conseils des guides et archanges pour dépasser une problématique ;
- d'une meilleure visibilité quant à votre avenir...

12h45-14h30 > Libération tensions cervicales avec Brigitte PORTOLANO

Libération des tensions, sagesse retrouvée

Vous sentez les tensions cervicales se détendre et la rotation de la tête plus aisée. La nuque devient plus légère, les crispations disparaissent et vous accueillez une perception plus claire et douce de votre passé.

13h-14h45 > Numérogie avec Marie DEMILLY

Quels sont vos chiffres de vie ? Le hasard n'existe pas. Chacun de nous unique, singulier, original et "prédestiné" Grâce à vos nom et prénoms, votre date de naissance, une ligne déjà se dessine. Une ligne qui incline et ne détermine pas ! Quels chiffres vous accompagnent, vous soutiennent, vous orientent et vous accompagnent ? La numérogie est à la fois ludique et instructive. Un outil efficace dans la connaissance de soi et en développement personnel.

13h-14h45 > Naturopathie fatigue féminine avec Camille LEYMARIE

Fatigue féminine : retrouver énergie et vitalité naturellement

Un temps d'échange personnalisé pour identifier les causes de la fatigue (stress, charge mentale, déséquilibres hormonaux) et proposer des conseils simples et concrets en naturopathie.

13h-16h > Massage bol avec Maria MICHEL

La séance débute par un court échange afin de comprendre vos besoins du moment. Vous restez habillé et confortablement installé. Le bol est posé sur différentes zones du corps et déplacé progressivement. Ses vibrations se diffusent en profondeur, favorisent le relâchement des tensions, apaisent le corps et l'esprit et procurent une relaxation intense.

Une approche douce et respectueuse, accessible même si vous n'avez jamais reçu de massage

Une expérience subtile et puissante, différente des massages traditionnels.

*Sont contre indiquées pour séance de bols : les femmes enceintes et les personnes porteuses d'un pacemaker
Merci d'apporter votre tapis de yoga, un plaid et un coussin afin de créer un espace confortable pour une installation au sol*

13h15-15h > Massage du ventre avec Céline CANILLAS

MASSAGE VENTRE/INTESTINS INSPIRATION « Chi Nei Tsang »

Le ventre a une importance capitale dans notre quotidien. Il a pour mission de digérer nos aliments mais participe amplement à digérer nos émotions. Le massage que je vous propose s'inspire du « chi nei Tsang ». Il permet de libérer toutes sortes d'émotions, libère le stress, participe à la relaxation des organes internes, ...

La détente y est complète

13h30-14h > Kinésiologie avec Jérémie HERVANT

Nous passons environ 25 ans de notre vie à dormir. C'est colossal. C'est un tiers de notre existence. Pourtant, pour une immense partie d'entre nous, ce tiers est devenu un champ de bataille nocturne. Est-ce que vous vous souvenez de la dernière fois où vous vous êtes réveillé en vous sentant réellement régénéré, l'esprit clair, prêt à croquer la journée ? Pour beaucoup, cette sensation est devenue un lointain souvenir.

Aujourd'hui, nous allons explorer ensemble pourquoi cette mécanique si naturelle se dérègle. Nous verrons l'impact du manque de repos sur notre corps et nos émotions, et surtout, je vous expliquerai comment la kinésiologie offre une clé unique pour retrouver le chemin des songes en interrogeant directement la mémoire de votre corps.

13h45-15h30 > Massage sur mesure avec Luisa DA COSTA

Soin personnalisé et adapté à vos besoins. Parce que vous êtes unique, je mets à votre disposition mes différents outils et techniques.

- Réduis les douleurs spécifiques et libère les nœuds
- Clarté mentale et légèreté
- Reconnecte à soi, voyage interne

14h15-16h > Réflexologie plantaire avec Jessica SOULAT

Réflexologie plantaire énergétique chinoise – Et si vos pieds racontaient votre état intérieur ! PADMA NATUROPATHIE & REFLEXOLOGIE - Jessica Soulat

Le pied présente plus de 7200 terminaisons nerveuses reliées aux organes et aux différentes parties du corps. La réflexologie plantaire est une thérapie manuelle, qui considère le corps humain dans son ensemble et part du principe que chaque partie du corps, chaque glande, chaque organe, correspond à une zone, dite "zone réflexe", que nous retrouvons sur et sous nos 2 pieds. Les pieds sont la représentation miniaturisée du corps humain. La stimulation de ces 7200 terminaisons nerveuses du pied procure une intense sensation de détente, de relaxation profonde et induit des réactions d'auto-régulation.

L'effet relaxant procuré, grâce à ce touché des zones réflexes des pieds, débarrasse le système nerveux de ses tensions, d'oppressions ou même d'émotions négatives. En détendant le corps, on lui évite les problèmes qui découlent des états de nervosité ou d'anxiété.

De nombreux désagréments ou troubles fonctionnels peuvent aussi être pris en compte : la fatigue, le stress, l'insomnie, la migraine, les problèmes gastriques, hormonaux, articulaires... Venez découvrir une pratique ancestrale au service de tous !

14h15-17h15 > Voyance avec Victoria TERRIS

Conseil autour de la voyance. Soins et transgénérationnel psy thérapie

14h45-17h45 > Reiki avec Laëtitia MICHEL

Le reiki est une méthode de rééquilibrage énergétique d'origine japonaise.

15h-18h15 > Tirage Tarot avec Elisa INIZAN

Les possibles de l'Être

Le tarot ne sert pas à lire l'Avenir, mais à le construire.

Le Référentiel de Naissance est un outil de connaissance de Soi, et de résolutions de nos conflits intérieurs ou extérieurs qui s'appuie sur la symbolique du Tarot de Marseille. Nous sommes venus sur Terre nous incarner et comprendre et dépasser certaines limites ou incompréhensions de nous-mêmes et de L'Autre. Les arcanes (Cartes du Tarot), ce qui veut dire « secret », nous révèlent nos potentiels et aussi nos défis que chaque Être Humain porte en lui.

Notre date de naissance nous permet de découvrir ce dont nous sommes porteurs et nous place sur un chemin de Connaissance et de dépassement de nous-même.

Nous sommes souvent en recherche de sens, de quête d'Authenticité ou de Vérité, et explorons une voie, notre espace de créativité.

Souvent nous nous heurtons à une incompréhension des événements qui nous arrivent, nous n'avons pas les codes d'accès, c'est pourquoi un travail intégrant la symbolique des Tarots nous éclairent et nous mettent sur la voie d'une meilleure compréhension, nous pourrions dégager des actes libérateurs pour poursuivre notre Voie avec notre véritable Être.

15h15-17h > Soins Lahochi avec Florence BARRIER

Soins énergétiques Lahochi – Harmoniser corps et esprit

Le Lahochi est une technique énergétique douce de rééquilibrage et d'harmonisation. Transmise par l'apposition des mains, cette pratique vise à soutenir la circulation de l'énergie dans le corps et à favoriser la détente physique, mentale et émotionnelle.

Pendant la séance, vous profitez d'un moment de profonde relaxation, de recentrage et de bien-être, permettant de relâcher les tensions et de retrouver un état d'apaisement intérieur.

15h30-17h15 > Soins pendule ou magnétisme avec Sophie GARCIA

Soins en magnétisme ou au pendule (au choix) libération de ce qui est bon et juste en fonction de la problématique.

15h30-18h > Rééducation olfactive avec Violaine SINSOU

Pendant une trentaine de minutes je vous accompagnerai en toute bienveillance, dans un voyage olfactif à la découverte de fragrances diverses et variées. Cette odyssée va vous permettre non seulement de faire un point sur vos capacités olfactives mais aussi de réaliser la puissance émotionnelle que peut procurer une odeur.

16h45-18h30 > Massage des 5 continents avec Lucy LEFEBVRE

#meilleurmassagedumonde

Traitement d'équilibrage énergétique global.

Se reconnecter avec la source et son énergie vitale grâce au massage, à l'aromathérapie et à l'énergie du magnétisme.

Bienfaits : détox lâcher-prise revitalisation reconnexion

16h45-18h30 > Mieux être chez soi avec Emmanuelle CATRIN

Vous vous questionnez sur votre lieu de vie : ressentis négatifs, problématiques personnelles, transition de vie, envie de changements ... Je vous apporte un éclairage et des pistes de compréhension et d'action pour avancer.

17h-17h30 > Numérologie avec Valérie RODRIGUEZ

La numérologie, pour moi, c'est une rencontre avec son âme.

À partir de votre date de naissance, on découvre votre vibration profonde.

Votre chemin de vie, c'est votre grande direction, ce pour quoi vous êtes venue expérimenter, apprendre, transmettre.

Souvent, quand on découvre son chemin de vie, il y a un silence, un sourire.... Parce que ça résonne.

“Ça met de la lumière sur ce que vous saviez déjà au fond.”

La numérologie ne prédit pas. Elle éclaire.

Elle aide à comprendre :

- Pourquoi certaines expériences reviennent
- Pourquoi certains défis insistent
- Quels sont vos talents naturels
- Où la vie vous pousse à grandir

C'est une boussole. Un miroir. Un outil d'alignement.

18h-18h30 > Kinésiologie avec Jérémy HERVANT

Nous passons environ 25 ans de notre vie à dormir. C'est colossal. C'est un tiers de notre existence. Pourtant, pour une immense partie d'entre nous, ce tiers est devenu un champ de bataille nocturne. Est-ce que vous vous souvenez de la dernière fois où vous vous êtes réveillé en vous sentant réellement régénéré, l'esprit clair, prêt à croquer la journée ? Pour beaucoup, cette sensation est devenue un lointain souvenir.

Aujourd'hui, nous allons explorer ensemble pourquoi cette mécanique si naturelle se dérègle. Nous verrons l'impact du manque de repos sur notre corps et nos émotions, et surtout, je vous expliquerai comment la kinésiologie offre une clé unique pour retrouver le chemin des songes en interrogeant directement la mémoire de votre corps.

Samedi 18 avril

Ateliers COLLECTIFS

10h-11h15 > Relaxo ludique parent/enfant avec Myriam BAUER

Un moment complice pour renforcer le lien parent/enfant à travers des jeux corporels, des respirations guidées et des mini-massages. L'atelier favorise l'apaisement, la confiance mutuelle et l'apprentissage d'outils simples pour gérer les émotions au quotidien. Une bulle de douceur pour se retrouver autrement.

10h-11h15 > Booster votre mémoire avec Gaëlle HAMEAU

Clé en main, pour apprendre à mieux mémoriser, que ce soit dans un environnement professionnel ou dans sa vie de tous les jours. Séance ludique avec trucs et astuces pour améliorer sa mémoire.

Ma voix vous accompagne dans ce voyage sophrologique calme et doux vers une Détente LIBÉRATRICE. Quand votre corps rassure votre mental et votre cœur !

En direct, je m'enregistre pendant la séance et l'audio sera dispo à votre demande via WhatsApp.

Un tapis, un plaid, un petit coussin et vous...

10h-11h15 > Numérologie avec Marie DEMILLY

Atelier découverte et pratique de la numérologie : ludique et instructif ! Partons du postulat que le hasard n'existe pas et regardons de plus près. Tout, partout autour de nous est énergie. Que nous en ayons conscience ou pas nous vivons sous de multiples influences : relationnelles, culturelles, environnementales, médicamenteuses semblent évidentes alors que d'autres le sont beaucoup moins, voire même controversées ! Et pourtant....

10h-11h15 > Émotions en papier duo parent/enfant avec Sandrine GREUSARD

Cet atelier collectif propose une exploration créative à base d'aquarelle et de feutres dans une approche intuitive et accessible à tous. Pendant 1h30, les participants sont invités à expérimenter librement les couleurs, l'eau et les formes, dans un moment de détente et de présence à soi. Aucun prérequis n'est nécessaire : il n'est pas utile de savoir dessiner ou peindre. L'atelier met l'accent sur le plaisir d'explorer, de laisser émerger les couleurs et de se laisser guider par le processus créatif plutôt que par le résultat.

Et en une phrase : Atelier d'exploration créative autour de l'aquarelle intuitive, ouvert à tous sans prérequis, pour expérimenter les couleurs et se reconnecter à sa créativité dans un moment de détente.

10h-11h30 > Parcours sensoriel des éléments avec Anne-Marie IDANEZ

Parcours sensoriel des éléments – Le réveil du dragon d'Istres

Ce parcours sensoriel invite petits et grands à vivre une aventure immersive à travers les éléments : la Terre, l'Eau, l'Air, le Feu, jusqu'à l'Éther. À chaque étape, les participants partent à la découverte de l'élément par les sens, le jeu et l'expérimentation, dans une approche ludique et accessible à toute la famille.

Les enfants, accompagnés des parents et grands-parents, seront invités à participer activement. À chaque élément exploré, une clé leur sera remise s'ils ont relevé les défis proposés. Ces clés seront indispensables pour atteindre l'étape finale : le réveil du dragon, inspiré de la légende de la ville d'Istres.

Un voyage sensoriel et imaginaire, favorisant la curiosité, la coopération et le partage intergénérationnel, pour vivre ensemble un moment de découverte, de joie et de magie.

10h-11h30 > Yoga immersif avec LES FEES DU MIROIR Virginie, Lisa et Siranouch

Yoga immersif (avec casque son 8D)

10h-11h30 > Le chemin de tes émotions avec BUTEAU Alexandra

" Le chemin de tes émotions ou comment ton corps te parle."

Un atelier à expérimenter pour observer ce qu'est une émotion, à quoi elle sert, et se reconnecter à son ressenti corporel comme boussole intérieure. Ici tu viens redécouvrir cet outil puissant qu'est ton corps, disponible 24h/24 « gratuitement » pour te guider dans tes choix quotidiens.

10h30-12h30 > Rando croquis avec Sophie MARQUANT

Cette balade créative est une invitation à ralentir et à se reconnecter à l'instant présent.

Au fil d'une marche douce, ponctuée de pauses croquis, les participant-es sont invité-es à observer le paysage autrement : lignes, rythmes, lumière, sensations.

Le croquis devient ici un outil d'attention et de présence, accessible à tous, sans prérequis en dessin.

Un temps pour marcher, respirer, regarder... et laisser la main traduire ce que le regard perçoit.

Une expérience sensible et apaisante, en lien avec la nature et le moment présent.

11h-12h30 > sophro duo parent/enfant conte/bols avec Anaïs PELTIER

Offrez-vous un moment suspendu en famille à travers les vibrations des bols tibétains, du gong et des instruments sonores.

Cet atelier en trois temps invite à la découverte, à l'imaginaire grâce à un sophro-conte musical, puis à une expérience unique en duo.

Parent et enfant s'offrent tour à tour un enveloppement sonore, pour un instant de connexion profonde et de détente partagée.

Un voyage sensoriel tout en douceur pour renforcer le lien et créer un souvenir précieux.

11h-12h30 > Expression picturale avec Isabelle ROQUES

Médiation artistique intergénérationnelle et de groupe

Je vous propose de venir faire l'expérience d'un atelier de peinture unique. L'atelier « l'Abri-Co-l'Orée » est un atelier de peinture libre où la spontanéité du tracé fleurte librement sur la toile, comme une invitation à explorer le tracé et les couleurs du bout des pinceaux.

11h30-12h30 > Hatha Yoga avec Christine VIRGILIO

Science ancienne venant de l'Inde, regroupant de nombreux types de yoga.

Christine vous proposera le Hatha-Yoga qui permet de faire des exercices corporels toujours associés à la concentration, en tenant compte de la respiration, sans jamais brusquer le corps et en acceptant toujours ses possibilités.

11h45-13h > Dos et cervicales avec Geneviève NICOLAS

Prendre soin de son dos et de ses articulations Libérez votre dos, vos muscles et vos articulations des tensions qui les habitent et prévenez ou soulagez les douleurs. Prenez conscience de votre corps dans la détente et la régénération. À travers des exercices, des mouvements et des postures simples, la pratique respecte un ordre biologique et ramène la vie dans le corps en permettant à l'énergie de mieux circuler.

Les tensions physiques se dissipent, le corps se redresse et retrouve une posture correcte grâce à un assouplissement de la colonne vertébrale et des articulations. Il en découlera un bien-être physique, une nouvelle clarté de la pensée et un meilleur équilibre psychologique.

Les postures, qui agissent sur le corps physique, sont associées à une respiration spécifique abdominale, qui agit sur la sphère émotionnelle, et à l'attention et la concentration sur le mouvement, qui agissent sur la sphère intellectuelle ; cela potentialise leurs effets sur notre organisme, d'où l'action holistique et profonde de la méthode.

Amener : tapis, plaid pour la relaxation...

13h-14h > Méditation olfactive avec Anne-Marie IDANEZ

Cet atelier vous invite à un moment de pause et de reconnexion à vous-même à travers la respiration et l'olfaction d'une huile essentielle. L'odorat, directement lié aux émotions, accompagne naturellement l'apaisement du mental et le relâchement des tensions.

Guidé(e) pas à pas, vous serez invité(e) à ralentir, à vous recentrer et à vous ancrer dans l'instant présent. Une parenthèse de douceur et de bien-être, accessible à tous, pour cultiver la sérénité et repartir plus léger(ère).

13h-14h > Méditation avec Nathalie MORRATA

Un moment de détente, de lâcher-prise, de rencontre avec Soi par une méditation guidée.

13h-14h15 > Référentiel Tarot avec Elisa INIZAN

Les possibles de l'Être

Le tarot ne sert pas à lire l'Avenir, mais à le construire.

Le Référentiel de Naissance est un outil de connaissance de Soi, et de résolutions de nos conflits intérieurs ou extérieurs qui s'appuie sur la symbolique du Tarot de Marseille. Nous sommes venus sur Terre nous incarner et comprendre et dépasser certaines limites ou incompréhensions de nous-mêmes et de L'Autre.

Les arcanes (Cartes du Tarot), ce qui veut dire « secret », nous révèlent nos potentiels et aussi nos défis que chaque Être Humain porte en lui.

Notre date de naissance nous permet de découvrir ce dont nous sommes porteurs et nous place sur un chemin de Connaissance et de dépassement de nous-même.

Nous sommes souvent en recherche de sens, de quête d'Authenticité ou de Vérité, et explorons une voie, notre espace de créativité.

Souvent nous nous heurtons à une incompréhension des évènements qui nous arrivent, nous n'avons pas les codes d'accès, c'est pourquoi un travail intégrant la symbolique des Tarots nous éclairent et nous mettent sur la voie d'une meilleure compréhension, nous pourrions dégager des actes libérateurs pour poursuivre notre Voie avec notre véritable Être.

14h-15h15 > Stretching des méridiens avec Véronique ROYER

A travers cette séance on pratiquera l'enchaînement des 6 postures d'étirement des méridiens de Zen Shiatsu.

Chaque posture ciblera le travail d'étirement d'un couple de méridiens. On commencera par exemple par réaliser la posture d'étirement des méridiens du Poumon et du Gros Intestin liés à l'élément Métal. Chaque exercice sera accès sur la détente afin de mieux sentir les méridiens. Cette séance sera l'occasion de se reconnecter à soi en prenant conscience de ses propres déséquilibres. Ce travail permet une action globale et complète sur l'ensemble du corps physique mais également au niveau psychique, chaque posture permettant de travailler sur un plan, un système, un organe ou une fonction corporelle particulière ainsi qu'une émotion différente. Chaque posture sera adaptée en fonction de ses capacités, l'essentiel étant de favoriser la détente en accompagnant l'étirement avec la respiration. Le participant au cours de Do-In sera vêtu de préférence d'une tenue confortable et ample en coton et amènera un tapis de yoga, une couverture et de l'eau.

14h15-15h45 > Les prémices de la numérologie avec Valérie RODRIGUEZ

La magie des nombres avec Valérie Rodriguez

Comprendre son chemin de vie et l'énergie de son année personnelle

Et si les nombres pouvaient vous aider à mieux comprendre votre chemin ?

Depuis toujours, les nombres accompagnent notre existence.

Ils révèlent des cycles, des passages, des périodes d'évolution qui influencent notre manière de vivre certaines expériences.

Lors de cet atelier de 1h30, je vous invite à découvrir la vibration de votre chemin de vie, ce fil invisible qui traverse votre existence, qui révèle vos élans profonds, vos talents, vos apprentissages.

Vous découvrirez également votre année personnelle, en lien avec l'énergie de l'année universelle, afin de comprendre la dynamique de l'année que vous traversez : une année pour semer, construire, transformer, récolter, ralentir ou ouvrir un nouveau chapitre.

Cette lecture apporte souvent des éclairages précieux.

Elle permet de mettre du sens sur certaines situations et d'avancer avec plus de conscience, de confiance, de sérénité. Un moment de découverte, de partage, de transmission pour entrer dans l'univers fascinant de la numérologie... Et laisser la magie des nombres éclairer votre chemin.

14h30-15h45 > sophro duo parent/enfant "4-6 ans " avec Christelle COSTES

Découvrir ses émotions et se calmer en jouant

Un atelier très ludique mêlant mouvements, respiration imagée et relaxation courte.

Les enfants découvrent les émotions à travers le corps et réalisent une roue des émotions simplifiée (4 émotions principales), qu'ils pourront emporter.

Objectif : prendre conscience de ce qu'on ressent et découvrir qu'on peut s'apaiser.

15h-16h15 > Émotions en papier duo parent/enfant avec Sandrine GREUSARD

Cet atelier collectif propose une exploration créative à base d'aquarelle et de feutres dans une approche intuitive et accessible à tous. Pendant 1h30, les participants sont invités à expérimenter librement les couleurs, l'eau et les formes, dans un moment de détente et de présence à soi. Aucun prérequis n'est nécessaire : il n'est pas utile de savoir dessiner ou peindre. L'atelier met l'accent sur le plaisir d'explorer, de laisser émerger les couleurs et de se laisser guider par le processus créatif plutôt que par le résultat.

Et en une phrase : Atelier d'exploration créative autour de l'aquarelle intuitive, ouvert à tous sans prérequis, pour expérimenter les couleurs et se reconnecter à sa créativité dans un moment de détente.

15h15-16h30 > La Roue de la vie avec Muriel LENOBLE

Participer à un atelier collectif interactif autour d'un outil puissant : **La Roue de Vie**. Bien plus qu'un simple dessin, c'est une photographie à l'instant T de votre existence. Ensemble, nous allons auditer les 8 domaines clés de votre vie pour identifier où se situent vos déséquilibres et, surtout, vos gisements d'énergie. Cet outil va vous permettre de prendre conscience de vos priorités pour trouver un équilibre dans votre vie personnelle et professionnelle.

15h30-17h > Reconnexion à soi avec Brigitte PORTOLANO

Par la danse intuitive, la respiration consciente suivie d'une méditation de libération des tensions de fatigue, musculaires, psychiques et mentales. (Amener un tapis, un plaid, un bandeau à mettre sur les yeux si vous avez)

16h-17h30 > Parcours sensoriel des éléments avec Anne-Marie IDANEZ

Parcours sensoriel des éléments – Le réveil du dragon d'Istres

Ce parcours sensoriel invite petits et grands à vivre une aventure immersive à travers les éléments : la Terre, l'Eau, l'Air, le Feu, jusqu'à l'Éther. À chaque étape, les participants partent à la découverte de l'élément par les sens, le jeu et l'expérimentation, dans une approche ludique et accessible à toute la famille.

Les enfants, accompagnés des parents et grands-parents, seront invités à participer activement. À chaque élément exploré, une clé leur sera remise s'ils ont relevé les défis proposés. Ces clés seront indispensables pour atteindre l'étape finale : le réveil du dragon, inspiré de la légende de la ville d'Istres.

Un voyage sensoriel et imaginaire, favorisant la curiosité, la coopération et le partage intergénérationnel, pour vivre ensemble un moment de découverte, de joie et de magie.

Samedi 18 avril

Si on parlait de ...

10h-11h15 > L'Intérêt du nettoyage des mémoires karmiques avec Sabine CHASSARY

Sensation de répéter des schémas, comportements récurrents, croyances limitantes, relations toxiques qui reviennent sans cesse (amicales, amoureuses, familiales ou professionnelles), sentiment d'être bloqué(e) ou de ne pas réussir à avancer...

Le nettoyage des mémoires karmiques permet de conscientiser et débloquer une mauvaise mémoire qui impacte négativement sur votre vie actuelle.

C'est un soin qui travaille sur le transgénérationnel, les vies antérieures, les mémoires familiales et les traumas de vie actuelle.

11h30-13h > Pensée positive avec Nathalie DOUGNAC

Une méthode puissante et accessible à tous

La préparation mentale est une méthode efficace qui permet de mobiliser pleinement vos ressources physiques et psycho-cognitives afin de faire face aux exigences du quotidien avec sérénité et efficacité. Elle vous aide à vous adapter aux situations, à gérer votre stress et à agir sans tension inutile.

Comment fonctionne la préparation mentale ?

Cette approche s'appuie sur des techniques simples et concrètes : respiration, relaxation, imagerie mentale et dialogue interne positif.

Elle repose sur trois axes essentiels : récupérer quand c'est nécessaire, se dynamiser au bon moment et réguler son niveau d'activation en situation d'action.

Les bénéfices concrets

- Amélioration de la gestion du stress
- Renforcement de la confiance en soi
- Meilleure concentration et mémorisation
- Optimisation de la récupération physique et mentale
- Préparation efficace aux examens, ou défis importants
- Amélioration de la qualité du sommeil
- Développement de l'autonomie et de la prise de décision

Un accompagnement personnalisé

Chaque accompagnement débute par un échange afin de définir votre objectif.

Les séances (1h à 2h pour la première) permettent d'identifier les techniques les plus adaptées à votre profil et de construire une véritable boîte à outils personnalisée.

Grâce à l'entraînement guidé puis autonome, vous apprenez à utiliser naturellement les bons outils au bon moment, en toute autonomie.

Pourquoi attendre ?

Si vous souhaitez vivre votre quotidien avec plus de sérénité, d'énergie et de confiance, la préparation mentale est un véritable levier de transformation personnelle.

Offrez-vous les moyens d'agir, de progresser et de vous épanouir pleinement.

11h45-13h > Kinésiologie Sommeil avec Jérémy HERVANT

Nous passons environ 25 ans de notre vie à dormir. C'est colossal. C'est un tiers de notre existence. Pourtant, pour une immense partie d'entre nous, ce tiers est devenu un champ de bataille nocturne. Est-ce que vous vous souvenez de la dernière fois où vous vous êtes réveillé en vous sentant réellement régénéré, l'esprit clair, prêt à croquer la journée ? Pour beaucoup, cette sensation est devenue un lointain souvenir.

Aujourd'hui, nous allons explorer ensemble pourquoi cette mécanique si naturelle se dérègle. Nous verrons l'impact du manque de repos sur notre corps et nos émotions, et surtout, je vous expliquerai comment la kinésiologie offre une clé unique pour retrouver le chemin des songes en interrogeant directement la mémoire de votre corps.

13h30-14h45 > Hypnose Mythe ou réalité avec Florence BARRIER

Et si on parlait d'hypnose : entre mythe et réalité.

Il s'agira d'une présentation de l'hypnose : les idées reçues sur le sujet, ce qu'est l'hypnose thérapeutique, comment se passe une séance, et dans quels cas il est utile d'y avoir recours.

13h30-15h > Harmonisation des lieux avec Emmanuelle CATRIN

Harmonie des lieux & Santé de l'habitat

Je vous propose de découvrir le VASTU VIDYA, parfois présenté comme le « Feng-Shui indien ».

A la croisée des sciences, de l'art et de la spiritualité, le VASTU permet d'harmoniser les lieux en lien avec les lois naturelles. Il apporte stabilité, équilibre, fluidité. Il réhausse le taux vibratoire et élève la conscience sur notre manière d'habiter.

- La première partie présente la VISION et les concepts clés du VASTU
- La seconde partie présente mon approche d'accompagnement
- La troisième partie est consacrée aux questions-réponses

Architecte depuis plus de 20 ans, dont 10 années consacrées à l'habitat écologique, j'accompagne les personnes à comprendre et transformer leurs lieux de vie, dans une approche holistique et intégrative : « Conscience - Matière - Energie ». Idéal dans les transitions de vie, pour initier des changements, booster une activité ou simplement soutenir notre équilibre, le VASTU favorise santé, bien-être et évolution.

15h15-16h30 > Kinésiologie Stress avec JérémY HERVANT

Aujourd'hui, j'accompagne les autres à décoder ce langage invisible du corps. J'aide les personnes à ne plus subir leur environnement, mais à retrouver leur plein potentiel face aux défis de la vie. On nous apprend à gérer notre agenda, nos finances, nos carrières, mais on nous apprend rarement à gérer notre propre biologie. C'est ce voyage au cœur de votre système nerveux que je vous propose aujourd'hui. D'ailleurs, « Levez la main si vous vous êtes senti "stressé" au moins une fois cette semaine. »

Regardez autour de vous. Vous n'êtes pas seuls. Aujourd'hui, le mot "stress" est partout. Il est devenu le bruit de fond de nos vies modernes. Mais savez-vous que le stress, à l'origine, est votre meilleur ami ?

15h15-16h45 > Archives akashiques avec Christian MULBERG

Les Archives Akashiques sont le savoir présent, passé et futur de toute chose. Elles constituent l'enregistrement du voyage de chaque âme depuis sa conception ainsi que les possibilités de son déploiement dans le futur. On trouve référence aux Archives Akashiques dans tous les anciens enseignements spirituels, dans la Bible on les nomme « Le Livre de Vie ».

Une lecture des Archives Akashiques consiste à ouvrir les Archives de votre âme et à permettre aux informations de sortir. Ces informations vous soutiendront dans votre vie dès l'instant présent. Des informations spécifiques sur les vies passées peuvent être pertinentes ou non. Ce qui est précieux c'est la guidance qui vous indique des façons précises pour travailler sur des schémas présents dans la vie courante, amenant ainsi des opportunités de développement, de libération et de nouvelles directions.

17h15-18h15 > La candidose avec Jessica SOULAT

Le mal silencieux qui épuise les femmes

Comprendre les causes profondes et les solutions naturelles pour retrouver son équilibre

Samedi 18 avril

Conférences ...

10h30-11h45 > Le murmure de l'âme avec Elisa INIZAN et Patrice GUIVIER

Le Murmure de l'Âme

Allier Numérogie, Tarologie et Référentiel de Naissance pour comprendre son Incarnation

Pourquoi sommes-nous ici ? Est-ce le fruit du hasard ou le déploiement d'un plan plus vaste ?

Cette conférence vous invite à une exploration profonde de votre identité à travers la synergie de deux outils millénaires : la Numérogie et le Tarot de Marseille. Ensemble, ils forment une boussole précise pour décoder les mystères de notre incarnation et naviguer avec plus de clarté dans notre existence.

Ce que nous allons explorer ensemble :

L'Incarnation et la vibration des nombres : Comprendre que votre date de naissance n'est pas qu'une simple coordonnée temporelle, mais une fréquence vibratoire qui définit vos défis, vos dons et votre mission de vie. Le Référentiel de Naissance : Véritable miroir de l'âme, cet outil de connaissance de soi permet de projeter votre structure interne à travers les Arcanes du Tarot. Nous verrons comment chaque "maison" de votre référentiel éclaire un aspect de votre psyché.

La Symbolique des Tarots : Bien plus qu'un outil de divination, le Tarot est un livre de sagesse universel. Nous décrypterons comment les images archétypales (Le Bateleur, La Roue de Fortune, L'Hermite...) viennent donner corps et visage aux nombres de votre thème.

La Synthèse Alchimique : Comment la rigueur de la Numérogie s'allie à la richesse visuelle du Tarot pour offrir une lecture dynamique de votre chemin de vie.

À qui s'adresse cette conférence ?

Que vous soyez un praticien chevronné ou simplement en quête de sens, cette rencontre vous apportera des clés concrètes pour :

Mieux comprendre vos schémas répétitifs.

Identifier vos ressources latentes.

Harmoniser votre "faire" avec votre "être" profond.

"Le Référentiel de Naissance ne prédit pas l'avenir, il aide à le construire en conscience."

11h45-13h > Femmes : les hormones dans tous leurs états avec Bakhta BLANC

(Syndrome Prémenstruel, Péri, Pré, Ménopause et Postménopause). Trouver l'équilibre à chaque étape de la vie.

Les hormones jouent un rôle clé dans notre équilibre physique, émotionnel et mental.

Quand elles se dérèglent, le corps envoie des signaux : fatigue chronique, douleurs, prise de poids, troubles du cycle, acné, anxiété, variations d'humeur, troubles digestifs, troubles du sommeil, bouffées de chaleur... À travers cette conférence, nous aborderons de façon claire et accessible :

- Le fonctionnement des hormones féminines
- Le Syndrome Prémenstruel
- La préménopause et la ménopause
- La postménopause
- Les déséquilibres hormonaux et leur impact émotionnel
- Les solutions en naturopathie et physionutrition

Ton corps ne dysfonctionne pas : il communique. Et si tes hormones avaient des messages à te transmettre ?

12h30-13h45 > EMDR avec Laurence BRAILLON

Venez découvrir l'EMDR, cette thérapie extraordinaire ! Ce n'est pas seulement une technique, mais une thérapie complète, brève et efficace, qui prend en compte l'ensemble de vos difficultés émotionnelles, physiques et psychiques et règle de façon définitive vos traumatismes récents ou anciens.

13h-14h15 > Constellations familiales avec Lucy LEFEBVRE

Les Constellations Familiales permettent d'explorer les liens invisibles et les schémas hérités de notre histoire familiale. Cette conférence vous propose de découvrir leur fonctionnement, leurs bienfaits et comment elles peuvent favoriser libération émotionnelle et apaisement. Un temps d'échange clôturera la rencontre.

14h15-15h45 > Le langage des oiseaux avec Jérémie GUERRY

La Langue des Oiseaux est une manière subtile de faire émerger le sens caché des mots. Elle repose sur le jeu des sonorités et sur le symbolisme propre à chaque lettre de l'alphabet. Elle recouvre aussi un ensemble de procédés qui permettent de capter la puissance symbolique du son. De fait, utile pour donner du sens aux maux que nous exprimons en écoutant différemment les mots que nous utilisons, elle sert aussi à découvrir le potentiel contenu dans les prénoms et les noms de famille.

De la même manière, par leurs sonorités, leurs graphismes, leurs valeurs numériques et les correspondances qu'elles entretiennent avec les grands archétypes, les Lettres de notre Alphabet sont porteuses de sens. A travers nos noms et nos prénoms, elles renseignent sur nos missions de vie et sont en mesure de nous aider pour atteindre nos objectifs. Cette conférence a pour but de découvrir comment les utiliser de manière concrète pour insuffler une dynamique de changement dans notre quotidien.

14h30-16h > La lithothérapie avec Bernard CICCARIELLO

Lithothérapie, l'union de la matière et de la lumière

La lithothérapie peut être envisagée comme un pont entre la Terre et la lumière. Les minéraux, issus des profondeurs et du temps long, portent la mémoire de la matière, tandis que la lumière, rapide et immatérielle, révèle et met en mouvement le vivant.

À travers cette conférence, l'être humain est présenté comme un trait d'union entre ces deux dimensions : enraciné dans le monde physique et en lien avec des perceptions plus subtiles. En croisant approche scientifique et expérience sensible, je vous invite à explorer comment matière et lumière dialoguent en nous.

Une invitation à relier corps et perception, ancrage et ouverture, dans une approche globale de l'équilibre, à la croisée de la lithothérapie et de la chromothérapie.

15h-16h15 > Ho'oponopono avec Evelyne KASBARIAN

Ho'oponopono, ou la puissance du pardon.

Le Ho'oponopono est une pratique ancestrale, originaire d'Hawaï, qui permet d'aborder les émotions cristallisées, les problématiques relationnelles, les charges familiales et transgénérationnelles, avec un regard qui permet de dissoudre les charges émotionnelles d'événements passés ou présents.

Réaliser Ho'ponopono c'est s'autoriser à se pardonner pour devenir libre intérieurement.

16h30-17h45 > Harmonisation habitat/habitant avec Yves JUTAN

Miroir inconscient des personnes qui occupent le lieu, l'habitat est le principal levier d'action de la Médecine Symbolique©. Reposant sur une approche sensible, l'Harmonisation habitat-habitant© met en évidence les liens étroits entre un lieu d'habitation (ou de travail) et ses occupants.

Les phénomènes qui se manifestent dans l'habitat révèlent l'existence d'une interaction subtile entre un propriétaire ou un locataire et l'extension symbolique de son territoire.

Table Ronde

19h-20h30 > Féminité et émotions toute une vie ! avec Bahkta BLANC, , Eva DAGUZAN, Mélanie LECLERE, Camille LEYMARIE, Lugdivine VALAT.

Dimanche 19 Avril

ATELIERS INDIVIDUELS (découverte 20-25 mn)

10h-10h30 > Réflexologie plantaire avec Pascal BLAIN

Relaxer : c'est la thérapie anti - stress, libération des tensions nerveuses. Nous pouvons plus facilement rééquilibrer un plan énergétique global, en passant par un état de relaxation.

Décongestionner et éliminer les déchets : mobiliser et dissoudre les dépôts cristallins d'acide urique stagnant dans les pieds puis éliminer les toxines (de soi) et les toxiques (de l'extérieur).

Favoriser la circulation sanguine : augmenter la vitalité et rééquilibrer les fonctions physiologiques.

Améliorer les conditions de vie : aider la personne à objectiver les événements de sa vie par une prise de conscience et une prise de recul, qui passent par le corps. C'est, ici, notre éclairage préférentiel.

10h-11h45 > Voyance avec Sabine CHASSARY

Pourquoi consulter une voyante ?

- Pour obtenir un éclairage clair sur une situation précise
- Pour comprendre vos émotions ou l'origine d'un blocage
- Pour connaître les énergies qui vous accompagnent actuellement
- Pour vous aider à prendre une décision importante
- Pour mieux comprendre votre évolution spirituelle

Vous avez besoin :

- de réponses face à des questionnements ;
- de clarté face à des doutes ;
- de conseils des guides et archanges pour dépasser une problématique ;
- d'une meilleure visibilité quant à votre avenir...

10h-11h45 > Parenthèse poétique avec Isabelle ROQUES

Je vous invite à faire une pause et à venir découvrir l'espace d'un instant un moyen d'expression différent : une invitation à la créativité au travers d'un bricolage poétique singulier.

Je vous propose de nous rencontrer et de vous éclairer sur l'art-thérapie que je pratique.

Puis un temps juste pour vous, une expérience singulière ou-bien curieuse, une invitation à mettre en mouvement les éléments et faire de vos mains les messagères de votre parole.

Un temps juste pour soi où vous pourrez laisser votre part de créativité s'exprimer.

"Et si on jouait à présent !"

Ici, aucune compétence artistique n'est nécessaire.

Je n'en dis pas plus, juste peut-être osez le pari d'une rencontre dans l'instant et à votre rythme, une rencontre avec et pour vous-même !

10h-11h45 > Médecine symbolique avec Yves JUTAN

Prendre soin de soi

Une séance en Médecine Symbolique, vous propose un nouveau regard sur vous-même et vous permet de comprendre votre fonctionnement profond.

C'est un accompagnement bienveillant.

Vous posez votre demande puis ensemble, aidés par les baguettes coudées, nous donnons du sens afin de répondre à cette demande.

10h-11h45 > Naturopathie Ménopause avec Camille LEYMARIE

Apprendre à bien vivre ma ménopause

Un accompagnement individuel pour aider les femmes à mieux comprendre cette période de transition et à adopter des solutions naturelles afin de retrouver confort, sérénité et vitalité.

10h-11h45 > Bilan et nettoyage Énergétique avec Luisa DA COSTA

Avant de nettoyer, j'effectue une lecture de l'état actuel de la personne. L'idée est d'identifier les zones de blocage ou de fuite d'énergie.

- Analyse des centres d'énergie : On vérifie l'équilibre des chakras (les points de jonction énergétique).
- Examen de l'aura : Observation des couches subtiles entourant le corps.
- Identification des blocages : Recherche de tensions liées à des émotions refoulées, au stress ou à des chocs passés.

Une fois les blocages identifiés, le nettoyage consiste à "balayer" les énergies dites négatives ou stagnantes pour restaurer une circulation fluide.

- Libération émotionnelle : Évacuer les "poids" psychologiques accumulés.
- Harmonisation : Rééquilibrer les flux pour que l'énergie circule de manière homogène dans tout le corps.
- Protection : Renforcer le champ énergétique pour mieux faire face aux agressions extérieures (stress, environnements toxiques).

10h-11h45 > Soin Lahochi avec Florence BARRIER

Soin énergétique Lahochi – Harmoniser corps et esprit

Le Lahochi est une technique énergétique douce de rééquilibrage et d'harmonisation. Transmise par l'apposition des mains, cette pratique vise à soutenir la circulation de l'énergie dans le corps et à favoriser la détente physique, mentale et émotionnelle.

Pendant la séance, vous profitez d'un moment de profonde relaxation, de recentrage et de bien-être, permettant de relâcher les tensions et de retrouver un état d'apaisement intérieur.

10h-13h30 > Libération psycho-émotionnelle avec Valérie RODRIGUEZ

En séance on vient avec une phobie, une addiction, une peur, une douleur, un ressenti, un état physique...

Mais derrière ça, il y a presque toujours une peur, un trauma qui n'a pas été entendu, une émotion figée, une mémoire retenue, une croyance installée pour se protéger, une habitude salvatrice
"Avec Deeply, on va à la racine."

On écoute ce qui a été mis de côté. On traverse en douceur. On libère ce qui est prêt à l'être.

On travaille sur :

- Les émotions enfouies
- Les habitudes qui nous enferment
- Les croyances limitantes
- Les schémas répétitifs
- Les douleurs liées à l'histoire émotionnelle

Et quand l'émotion est reconnue alors le corps se détend, notre comportement change, la peur perd de sa puissance.

"On ne lutte plus contre soi. On se retrouve."

10h-13h30 > Ostéopathie avec Joris YOUCEF

L'ostéopathie est une approche thérapeutique manuelle douce, fondée sur une vision globale du corps humain. Elle repose sur des techniques de manipulation du système musculo-squelettique ainsi que sur des méthodes de relâchement myofascial, visant à restaurer la mobilité des tissus et à rétablir l'équilibre fonctionnel du corps. Cette pratique permet de prendre en charge divers motifs de consultation tels que les douleurs dorsales, les entorses, les troubles liés au stress, les dysménorrhées (règles douloureuses) ou encore les migraines. L'ostéopathie s'inscrit à la fois dans une démarche préventive et curative. L'ostéopathe est amené à accompagner un large public : nourrissons, enfants, adultes, sportifs, femmes enceintes et personnes âgées.

10h-14h45 > Reiki avec Laëtitia MICHEL

Le reiki est une méthode de rééquilibrage énergétique d'origine japonaise.

10h -15h15 > 3 cartes pour un regard avec Brigitte PORTOLANO

3 cartes pour 1 regard intérieur spontané

Vous vivrez une harmonisation de vos champs énergétiques suivie d'une guidance intuitive relatant les besoins révélés.

11h15-11h45 > Diapason thérapeutique avec Lorraine BONNEMAISON

Et si vous preniez un instant pour écouter ce que votre corps a à vous dire ?

Les diapasons thérapeutiques sont des instruments vibratoires utilisés pour harmoniser le corps et l'esprit. Leur son pur et précis agit directement sur les fréquences naturelles du corps, favorisant un rééquilibrage en douceur et en profondeur.

Chaque être humain est composé de vibrations. Le stress, les émotions, la fatigue ou les chocs de vie peuvent créer des déséquilibres énergétiques.

Les diapasons permettent de remettre en mouvement l'énergie, là où elle est bloquée ou affaiblie, grâce à des vibrations ciblées appliquées sur le corps ou dans le champ énergétique.

Cette pratique favorise une détente profonde, un apaisement du mental et un relâchement des tensions physiques et émotionnelles.

Elle aide à calmer le système nerveux, à améliorer la qualité du sommeil et à soutenir la capacité naturelle du corps à s'auto-réguler.

Les diapasons thérapeutiques vous invitent à une expérience vibratoire profonde, douce et enveloppante, où le son devient un véritable langage de l'âme.

Chaque vibration émise par le diapason entre en résonance avec votre énergie intérieure. Elle se diffuse dans le corps, traverse les tensions, apaise le mental et invite à un profond lâcher-prise. Peu à peu, le rythme intérieur ralentit, la respiration s'ouvre et un espace de calme s'installe.

Cette pratique aide à libérer les blocages énergétiques, à harmoniser les centres d'énergie et à restaurer une sensation d'unité entre le corps, le cœur et l'esprit.

Les fréquences des diapasons thérapeutiques viennent réveiller la mémoire vibratoire du corps et lui rappeler son état naturel d'équilibre.

Les diapasons accompagnent en douceur les émotions, favorisent la clarté intérieure et soutiennent une profonde détente.

Lors de ce salon bien-être, les séances découverte vous offrent l'opportunité d'expérimenter cette approche vibratoire, d'écouter votre ressenti et de vous offrir un véritable moment de reconnexion à vous-même.

Les diapasons thérapeutiques sont également utilisés pour harmoniser les chakras, stimuler la circulation énergétique et renforcer l'ancrage. La séance se vit comme un moment de reconnexion à soi, doux, sécurisant et respectueux du rythme de chacun.

Accessible à toutes et à tous, cette approche convient aussi bien aux personnes stressées, fatiguées, en quête de mieux-être, qu'à celles souhaitant découvrir une méthode énergétique simple et efficace.

11h15-13h > Coaching vibratoire avec Muriel LENOBLE

Moment personnalisé pour un réalignement express. Parenthèse pour booster votre énergie et libérer ce qui vous pèse dans l'immédiat. Retrouvez clarté et lâcher-prise.

13h-14h > Naturopathie Fatigue féminine avec Camille LEYMARIE

Fatigue féminine : retrouver énergie et vitalité naturellement

Un temps d'échange personnalisé pour identifier les causes de la fatigue (stress, charge mentale, déséquilibres hormonaux) et proposer des conseils simples et concrets en naturopathie.

13h-14h45 > Tirage Tarot avec Elisa INIZAN

Les possibles de l'Être

Le tarot ne sert pas à lire l'Avenir, mais à le construire.

Le Référentiel de Naissance est un outil de connaissance de Soi, et de résolutions de nos conflits intérieurs ou extérieurs qui s'appuie sur la symbolique du Tarot de Marseille. Nous sommes venus sur Terre nous incarner et comprendre et dépasser certaines limites ou incompréhensions de nous-mêmes et de L'Autre. Les arcanes (Cartes du Tarot), ce qui veut dire « secret, », nous révèlent nos potentiels et aussi nos défis que chaque Être Humain porte en lui.

Notre date de naissance nous permet de découvrir ce dont nous sommes porteurs et nous place sur un chemin de Connaissance et de dépassement de nous-même.

Nous sommes souvent en recherche de sens, de quête d'Authenticité ou de Vérité, et explorons une voie, notre espace de créativité.

Souvent nous nous heurtons à une incompréhension des événements qui nous arrivent, nous n'avons pas les codes d'accès, c'est pourquoi un travail intégrant la symbolique des Tarots nous éclairent et nous mettent sur la voie d'une meilleure compréhension, nous pourrions dégager des actes libérateurs pour poursuivre notre Voie avec notre véritable Être.

13h-14h45 > Kinésiologie avec Jérémie HERVANT

Le test musculaire est notre outil. C'est un dialogue direct avec votre inconscient. Le corps se souvient de tout ce que votre mental a tenté d'oublier.

13h-14h45 > Massage sur mesure avec Luisa DA COSTA

Soin personnalisé et adapté à vos besoins. Parce que vous êtes unique, je mets à votre disposition mes différents outils et techniques.

- Réduis les douleurs spécifiques et libère les nœuds
- Clarté mentale et légèreté
- Reconnecte à soi, voyage interne

13h-14h45 > Réflexologie plantaire avec Pascal BLAIN

Relaxer : c'est la thérapie anti - stress, libération des tensions nerveuses. Nous pouvons plus facilement rééquilibrer un plan énergétique global, en passant par un état de relaxation.

Décongestionner et éliminer les déchets : mobiliser et dissoudre les dépôts cristallins d'acide urique stagnant dans les pieds puis éliminer les toxines (de soi) et les toxiques (de l'extérieur).

Favoriser la circulation sanguine : augmenter la vitalité et rééquilibrer les fonctions physiologiques.

Améliorer les conditions de vie : aider la personne à objectiver les événements de sa vie par une prise de conscience et une prise de recul, qui passent par le corps. C'est, ici, notre éclairage préférentiel.

13h-16h > Sophro détente/reconnexion à soi avec Sophie GARCIA

Sophrologie Relaxation de Reconnexion à soi détente profonde à l'écoute de ses vérités intérieure reprise sur l'amour et l'estime de soi.

13h30-16h30 > Manupuncture avec Gilles RABOUIN

Je vous propose, le temps d'une rencontre, d'entrer dans un univers subtil et sensible, un espace où le corps devient langage et où les déséquilibres peuvent s'exprimer autrement.

Un lieu, un « temps », où l'on écoute ce que les mains racontent.

Car dans chaque main se reflète l'ensemble du corps : son histoire, ses tensions, ses fragilités... mais aussi ses ressources.

La manupuncture est une méthode d'origine coréenne visant à rééquilibrer les méridiens énergétiques à travers des points précis situés dans les mains.

Elle agit comme un soutien naturel face aux troubles aigus ou chroniques, en accompagnant le corps vers son propre équilibre.

Il ne s'agit ni d'un acte médical ni d'une pratique invasive, mais d'un accompagnement énergétique respectueux de la personne et de son rythme.

« Comment les mains peuvent-elles refléter l'ensemble du corps ? »

Je vous parlerai de cette cartographie fascinante, de cette correspondance étonnante entre la main et nos organes.

Je vous parlerai de ce moment si particulier où la rencontre entre la personne, son histoire et cette technique permet parfois un véritable déplacement intérieur.

La manupuncture offre un espace pour agir, pour comprendre autrement ses douleurs, retrouver un mieux-être et reprendre part activement à son équilibre.

C'est avec conviction et bienveillance que je vous propose de découvrir cette approche et de partager mon expérience.

14h30-16h15 > Rééducation olfactive avec Violaine SINSOU

Pendant une trentaine de minutes je vous accompagnerai en toute bienveillance, dans un voyage olfactif à la découverte de fragrances diverses et variées. Cette odyssée va vous permettre non seulement de faire un point sur vos capacités olfactives mais aussi de réaliser la puissance émotionnelle que peut procurer une odeur.

14h45-16h30 > Réflexologie plantaire avec Jessica SOULAT

Réflexologie plantaire énergétique chinoise – Et si vos pieds racontaient votre état intérieur ! PADMA

NATUROPATHIE & REFLEXOLOGIE - Jessica Soulat

Le pied présente plus de 7200 terminaisons nerveuses reliées aux organes et aux différentes parties du corps.

La réflexologie plantaire est une thérapie manuelle, qui considère le corps humain dans son ensemble et part du principe que chaque partie du corps, chaque glande, chaque organe, correspond à une zone, dite "zone réflexe", que nous retrouvons sur et sous nos 2 pieds. Les pieds sont la représentation miniaturisée du corps humain.

La stimulation de ces 7200 terminaisons nerveuses du pied procure une intense sensation de détente, de relaxation profonde et induit des réactions d'auto-régulation.

L'effet relaxant procuré, grâce à ce touché des zones réflexes des pieds, débarrasse le système nerveux de ses tensions, d'oppressions ou même d'émotions négatives. En détendant le corps, on lui évite les problèmes qui découlent des états de nervosité ou d'anxiété.

De nombreux désagréments ou troubles fonctionnels peuvent aussi être pris en compte : la fatigue, le stress, l'insomnie, la migraine, les problèmes gastriques, hormonaux, articulaires...

Venez découvrir une pratique ancestrale au service de tous !

14h45-16h30 > Réflexologie plantaire avec Cynthia DEBATY

La réflexologie c'est 7200 terminaisons nerveuses sur chacun de vos pieds, elle agit subtilement sur la décontraction, le lâcher prise, laissez vous aller à cette découverte par Cynthia.

15H-16h15 > Photostimulation avec Florence BARRIER

Voyage intérieur avec la Dream Machine

Offrez-vous une parenthèse hors du temps grâce à la photostimulation. Confortablement installé.e, paupières fermées, vous vous laissez porter par des jeux de lumières douces et rythmées qui invitent le cerveau à ralentir et à entrer dans un état proche de la méditation.

Cette expérience sensorielle immersive favorise la détente profonde, le lâcher-prise et l'apaisement mental. Elle peut également contribuer à réduire le stress, améliorer la qualité du sommeil ou favoriser la concentration et la créativité.

Un véritable moment de pause pour le corps et l'esprit.

15h30-16h > Massage des 5 continents avec Lucy LEFEBVRE

« Meilleur massage du monde »

Traitement d'équilibrage énergétique global.

Se reconnecter avec la source et son énergie vitale grâce au massage, à l'aromathérapie et à l'énergie du magnétisme.

Bienfaits : détox lâcher-prise revitalisation reconnexion

15h30-16h > Numérologie avec Marie DEMILLY

Quels sont vos chiffres de vie ? Le hasard n'existe pas. Chacun de nous unique, singulier, original et "prédestiné" Grâce à vos nom et prénoms, votre date de naissance, une ligne déjà se dessine. Une ligne qui incline et ne détermine pas ! Quels chiffres vous accompagnent, vous soutiennent, vous orientent et vous accompagnent ? La numérologie est à la fois ludique et instructive. Un outil efficace dans la connaissance de soi et en développement personnel.

Dimanche 19 avril

Ateliers COLLECTIFS

10h-11h > Méditation olfactive avec Cinthya DEBATY

En cercle nous allons nous connecter à l'huile essentielle d'une plante, ressentir et voyager grâce à elle, puis nous prendrons un moment pour partager l'expérience.

Processus créatif afin de pouvoir laisser s'exprimer ce qu'il y a lieu par les formes et les couleurs. La création du mandala en plus de son intérêt créatif à un effet bénéfique déstressant. Cet exercice de méditation active par le dessin est un outil de régulation émotionnelle, de recentrage et de concentration. Un moment à la fois de création et de bien-être.

10h-11h15 > Référentiel Tarot avec Elisa INIZAN

Les possibles de l'Être

Le tarot ne sert pas à lire l'Avenir, mais à le construire.

Le Référentiel de Naissance est un outil de connaissance de Soi, et de résolutions de nos conflits intérieurs ou extérieur qui s'appuie sur la symbolique du Tarot de Marseille. Nous sommes venus sur Terre nous incarner et comprendre et dépasser certaines limites ou incompréhensions de nous-mêmes et de L'Autre.

Les arcanes (Cartes du Tarot), ce qui veut dire « secret », nous révèlent nos potentiels et aussi nos défis que chaque Être Humain porte en lui.

Notre date de naissance nous permet de découvrir ce dont nous sommes porteurs et nous place sur un chemin de Connaissance et de dépassement de nous-même.

Nous sommes souvent en recherche de sens, de quête d'Authenticité ou de Vérité, et explorons une voie, notre espace de créativité.

Souvent nous nous heurtons à une incompréhension des événements qui nous arrivent, nous n'avons pas les codes d'accès, c'est pourquoi un travail intégrant la symbolique des Tarots nous éclairent et nous mettent sur la voie d'une meilleure compréhension, nous pourrons dégager des actes libérateurs pour poursuivre notre Voie avec notre véritable Être.

10h-11h15 > Mieux être et relaxation avec Myriam BAUER

Retrouver son Équilibre Intérieur

“Améliorer son bien-être pour atteindre son mieux-être.”

Cet atelier propose un voyage vers le mieux-être à travers des techniques de relaxation profonde, de respiration consciente et d'écoute de soi. Il aide chaque participant à relâcher les tensions, apaiser le mental et reconnecter avec ses ressources internes. L'objectif est d'offrir un espace où l'on peut se recentrer, se déposer et repartir plus léger, plus aligné, plus serein

10h-11h30 > Libération des émotions avec Bakhta BLANC

Libération émotionnelle : Olfactothérapie et Aromathérapie Énergétique

As-tu parfois l'impression de revivre les mêmes situations, d'attirer les mêmes types de relations ou de te heurter aux mêmes blocages ?

Ces schémas répétitifs, croyances limitantes et liens émotionnels toxiques sont souvent liés à des mémoires émotionnelles inconscientes.

Cet atelier t'offre un espace sécurisé pour couper ce qui n'a plus lieu d'être, te libérer de ce qui te freine et reprendre ton pouvoir intérieur.

Grâce à l'olfactothérapie (action directe sur le cerveau émotionnel) et à l'aromathérapie énergétique, tu seras accompagnée en douceur pour dénouer ces blocages et t'aligner avec ce que tu souhaites vraiment vivre.

Au programme :

- Temps de centrage et d'intention (ce que tu choisis de libérer)
- Présentation de l'aromathérapie énergétique et des huiles essentielles
- Réalisation de ton roll-on personnalisé
- Olfactothérapie et utilisation sur les points énergétiques

10h-11h30 > Parcours sensoriel des éléments avec Anne-Marie IDANEZ

Parcours sensoriel des éléments – Le réveil du dragon d'Istres

Ce parcours sensoriel invite petits et grands à vivre une aventure immersive à travers les éléments : la Terre, l'Eau, l'Air, le Feu, jusqu'à l'Éther. À chaque étape, les participants partent à la découverte de l'élément par les sens, le jeu et l'expérimentation, dans une approche ludique et accessible à toute la famille.

Les enfants, accompagnés des parents et grands-parents, seront invités à participer activement. À chaque élément exploré, une clé leur sera remise s'ils ont relevé les défis proposés. Ces clés seront indispensables pour atteindre l'étape finale : le réveil du dragon, inspiré de la légende de la ville d'Istres.

Un voyage sensoriel et imaginaire, favorisant la curiosité, la coopération et le partage intergénérationnel, pour vivre ensemble un moment de découverte, de joie et de magie.

10h15-11h45 > Sophro duo parent/enfant - conte/bols avec Anaïs PELTIER

Offrez-vous un moment suspendu en famille à travers les vibrations des bols tibétains, du gong et des instruments sonores.

Cet atelier en trois temps invite à la découverte, à l'imaginaire grâce à un sophro-conte musical, puis à une expérience unique en duo.

Parent et enfant s'offrent tour à tour un enveloppement sonore, pour un instant de connexion profonde et de détente partagée.

Un voyage sensoriel tout en douceur pour renforcer le lien et créer un souvenir précieux

11h45-12h45 > Méditation avec Nathalie MORRATA

Un moment de détente, de lâcher-prise, de rencontre avec Soi par une méditation guidée.

12h-13h15 > Sophro duo parent/enfant +10 ans avec Christelle COSTES

Apprendre à se réguler et mobiliser ses ressources. Un atelier axé sur l'ancrage, la respiration et une relaxation guidée courte.

La roue des émotions est utilisée comme support de réflexion (émotions, nuances, besoins), sans fabrication infantilisante. Objectif : mieux comprendre ce qui se passe en soi et repartir avec un outil concret.

12h-14h > Rando croquis avec Sophie MARQUANT

Cette balade créative est une invitation à ralentir et à se reconnecter à l'instant présent.

Au fil d'une marche douce, ponctuée de pauses croquis, les participant·es sont invité·es à observer le paysage autrement : lignes, rythmes, lumière, sensations.

Le croquis devient ici un outil d'attention et de présence, accessible à tous, sans prérequis en dessin.

Un temps pour marcher, respirer, regarder... et laisser la main traduire ce que le regard perçoit.

Une expérience sensible et apaisante, en lien avec la nature et le moment présent.

13h-14h > Méditation olfactive avec Anne-Marie IDANEZ

Cet atelier vous invite à un moment de pause et de reconnexion à vous-même à travers la respiration et l'olfaction d'une huile essentielle. L'odorat, directement lié aux émotions, accompagne naturellement l'apaisement du mental et le relâchement des tensions.

Guidé(e) pas à pas, vous serez invité(e) à ralentir, à vous recentrer et à vous ancrer dans l'instant présent. Une parenthèse de douceur et de bien-être, accessible à tous, pour cultiver la sérénité et repartir plus léger(ère).

13h-14h15 > Numérogie avec Marie DEMILLY

Atelier découverte et pratique de la numérogie : ludique et instructif ! Partons du postulat que le hasard n'existe pas et regardons de plus près. Tout, partout autour de nous est énergie. Que nous en ayons conscience ou pas nous vivons sous de multiples influences : relationnelles, culturelles, environnementales, médicamenteuses semblent évidentes alors que d'autres le sont beaucoup moins, voire même controversées ! Et pourtant....

13h30-15h > Le transgénérationnel avec Victoria TERRIS

Discussion autour du transgénérationnel : résoudre les blocages présents en cherchant dans les générations passées
Atelier avec support d'étude

14h-15h15 > Yin Yoga avec Lucy LEFEBVRE

Le Yin Yoga propose un voyage intérieur à travers des étirements profonds et une relaxation guidée. Cette approche lente soutient la souplesse, la récupération et l'équilibre émotionnel. Idéal pour découvrir une autre façon de pratiquer le yoga en douceur. Cet atelier découverte est ouvert à tous, sans prérequis.

Prévoir un tapis de yoga, un plaid, et un bolster / coussin

14h-15h30 > Mandala thérapeutique avec Nadège SATTI

Nadège SATTI, artiste peintre en art vibratoire et énergétique, vous invite à venir découvrir la création du mandala, art millénaire de création graphique sur la base d'un cercle. Il n'y a pas besoin de connaissance ou de pratique particulière en dessin, le mandala a pour but d'encourager sa créativité et son expression avant toute chose. Les participants sont guidés tout au long de leur processus créatif afin de pouvoir laisser s'exprimer ce qu'il y a lieu par les formes et les couleurs. La création du mandala en plus de son intérêt créatif a un effet bénéfique déstressant. Cet exercice de méditation active par le dessin est un outil de régulation émotionnelle, de recentrage et de concentration. Un moment à la fois de création et de bien-être.

14h45-16h15 > Mélodie massage Vibratoire/bain sonore avec Maria MICHEL

Mélodie des Bols massage par vibrations & bain sonore collectif aux bols

Offrez-vous un moment hors du temps. Allongé confortablement, laissez-vous guider par les sons et les vibrations des bols chantants népalais.

Les fréquences vibratoires favorisent une relaxation profonde, invitent à l'harmonisation énergétique et au lâcher-prise du corps et de l'esprit. Un véritable voyage intérieur, accessible à tous basé sur la résonance vibratoire.

15h-16h30 > Parcours sensoriel des éléments avec Anne-Marie IDANEZ

Parcours sensoriel des éléments – Le réveil du dragon d'Istres

Ce parcours sensoriel invite petits et grands à vivre une aventure immersive à travers les éléments : la Terre, l'Eau, l'Air, le Feu, jusqu'à l'Éther. À chaque étape, les participants partent à la découverte de l'élément par les sens, le jeu et l'expérimentation, dans une approche ludique et accessible à toute la famille.

Les enfants, accompagnés des parents et grands-parents, seront invités à participer activement. À chaque élément exploré, une clé leur sera remise s'ils ont relevé les défis proposés. Ces clés seront indispensables pour atteindre l'étape finale : le réveil du dragon, inspiré de la légende de la ville d'Istres.

Un voyage sensoriel et imaginaire, favorisant la curiosité, la coopération et le partage intergénérationnel, pour vivre ensemble un moment de découverte, de joie et de magie.

15h45-17h > Yoga de samara avec Geneviève NICOLAS

Le Yoga de l'attention et de la douceur.

Le Yoga de Samara est une méthode psychocorporelle adaptée à tous, composée de mouvements lents et dynamiques, de relaxations et d'exercices d'attention. Il est basé sur une meilleure perception de son corps et sur la conscience de ses gestes, mouvements et postures menant à un meilleur équilibre physique, psychologique, énergétique et spirituel.

C'est une pratique douce, qui a des effets bienfaits sur les différents systèmes du corps, sur le fonctionnement des organes, sur l'état musculaire, la concentration, la mémoire, le sommeil, en fait sur tout l'équilibre physique et psychologique. Ses effets sont remarquables sur le stress et en particulier sur l'anxiété qui caractérise notre société.

Amener : tapis, plaid pour la relaxation... et shoggi (ou chaise à disposition)

Dimanche 19 Avril

Si on parlait de ...

10h-11h15 > Parlons de votre allaitement avec Mélanie LECLERE

Les questions de l'allaitement (enceinte et se préparer), puis bébé est là, mais j'ai des questions ou des problématiques... puis bébé a grandi, comment je lui fais comprendre que je ne souhaite plus allaiter ? Tout pour bien préparer et vivre un allaitement serein et qui ressemble à l'équipe parentale et ses choix !

11h-12h15 > Les mains reflètent le corps avec Gilles RABOUIN

Je vous propose, le temps d'une rencontre, d'entrer dans un univers subtil et sensible, un espace où le corps devient langage et où les déséquilibres peuvent s'exprimer autrement.

Un lieu, un « temps », où l'on écoute ce que les mains racontent.

Car dans chaque main se reflète l'ensemble du corps : son histoire, ses tensions, ses fragilités... mais aussi ses ressources.

La manupuncture est une méthode d'origine coréenne visant à rééquilibrer les méridiens énergétiques à travers des points précis situés dans les mains.

Elle agit comme un soutien naturel face aux troubles aigus ou chroniques, en accompagnant le corps vers son propre équilibre.

Il ne s'agit ni d'un acte médical ni d'une pratique invasive, mais d'un accompagnement énergétique respectueux de la personne et de son rythme.

« Comment les mains peuvent-elles refléter l'ensemble du corps ? »

Je vous parlerai de cette cartographie fascinante, de cette correspondance étonnante entre la main et nos organes. Je vous parlerai de ce moment si particulier où la rencontre entre la personne, son histoire et cette technique permet parfois un véritable déplacement intérieur.

La manupuncture offre un espace pour agir, pour comprendre autrement ses douleurs, retrouver un mieux-être et reprendre part activement à son équilibre.

C'est avec conviction et bienveillance que je vous propose de découvrir cette approche et de partager mon expérience.

11h15-12h30 > Kinésiologie stress avec Jérémie HERVANT

Aujourd'hui, j'accompagne les autres à décoder ce langage invisible du corps. J'aide les personnes à ne plus subir leur environnement, mais à retrouver leur plein potentiel face aux défis de la vie. On nous apprend à gérer notre agenda, nos finances, nos carrières, mais on nous apprend rarement à gérer notre propre biologie. C'est ce voyage au cœur de votre système nerveux que je vous propose aujourd'hui. D'ailleurs, « Levez la main si vous vous êtes senti "stressé" au moins une fois cette semaine. »

Regardez autour de vous. Vous n'êtes pas seuls. Aujourd'hui, le mot "stress" est partout. Il est devenu le bruit de fond de nos vies modernes. Mais savez-vous que le stress, à l'origine, est votre meilleur ami ?

11h30-13h > Le nez dans les étoiles avec Violaine SINSOU

Réhabiliter l'odorat, notre sens le plus intime.

Depuis que l'homme se tient debout, il a délaissé son odorat au profit de la vue. Cette conférence explore l'histoire et la biologie de ce sens méconnu, de son fonctionnement, de nos capacités face à celles du chien jusqu'aux pathologies comme l'anosmie, l'hyposmie ... Découvrez l'histoire de ce sens mal-aimé et comment la rééducation olfactive peut muscler votre cerveau et redonner, concrètement, du relief à votre vie émotionnelle.

13h15-14h15 > La Candidose avec Jessica SOULAT

Le mal silencieux qui épuise les femmes

Comprendre les causes profondes et les solutions naturelles pour retrouver son équilibre

14h-15h30 > Bilan de vie et Compétences avec Muriel LENOBLE

Le Bilan de Vie /Le bilan de compétences

On fait l'entretien de sa chaudière tous les ans et la révision de sa voiture tous les 20 000 km. Mais quand avez-vous fait, pour la dernière fois, la 'révision' de votre propre Vie ? Nous passons notre vie à répondre aux attentes des autres (patrons, famille, société) en oubliant de vérifier si le moteur, c'est-à-dire vous, est toujours d'accord avec votre chemin de Vie. Cette pause est nécessaire et nous allons explorer deux outils puissants mais souvent méconnus : le Bilan de Vie et le Bilan de compétences. Venez avec vos doutes, repartez avec une boussole. Pour que 'mieux-être' ne soit plus un mot à la mode, mais votre réalité quotidienne.

Prenez 30 secondes pour répondre honnêtement à ces 2 questions :

1. Le Matin : Sur une échelle de 1 à 10, quel est votre niveau d'enthousiasme en commençant votre journée ?

2. L'Équilibre : Si vous deviez noter votre satisfaction globale (vie pro + vie perso) aujourd'hui, ce serait quelle note ?

Si vous avez obtenu moins de 5 à l'une ou aux 2 questions, cette conférence a été conçue pour vous.

14h-15h30 > Angéologie avec Christian MULBERG

L'angéologie Traditionnelle est un enseignement plus que millénaire. Il est exprimé dans la Kabbale, et représente son aspect psychologique. C'est le résultat d'une longue épopée qui nous amène à faire face à nos peurs et à plonger dans nos profondeurs intérieures pour y injecter la lumière et la compréhension. Cet enseignement propose un travail sur le développement de la conscience humaine. Pensez à pouvoir disposer de vos date et heure de naissance afin de connaître les vibrations angéliques qui vous soutiennent dans votre vie.

15h-16h15 > L'Intérêt du nettoyage des mémoires karmiques avec Sabine CHASSARY

Sensation de répéter des schémas, comportements récurrents, croyances limitantes, relations toxiques qui reviennent sans cesse (amicales, amoureuses, familiales ou professionnelles), sentiment d'être bloqué(e) ou de ne pas réussir à avancer...

Le nettoyage des mémoires karmiques permet de conscientiser et débloquer une mauvaise mémoire qui impacte négativement sur votre vie actuelle.

C'est un soin qui travaille sur le transgénérationnel, les vies antérieures, les mémoires familiales et les traumas de vie actuelle.

15h45-17h > Kinésiologie du sommeil avec JérémY HERVANT

Nous passons environ 25 ans de notre vie à dormir. C'est colossal. C'est un tiers de notre existence. Pourtant, pour une immense partie d'entre nous, ce tiers est devenu un champ de bataille nocturne. Est-ce que vous vous souvenez de la dernière fois où vous vous êtes réveillé en vous sentant réellement régénéré, l'esprit clair, prêt à croquer la journée ? Pour beaucoup, cette sensation est devenue un lointain souvenir.

Aujourd'hui, nous allons explorer ensemble pourquoi cette mécanique si naturelle se dérègle. Nous verrons l'impact du manque de repos sur notre corps et nos émotions, et surtout, je vous expliquerai comment la kinésiologie offre une clé unique pour retrouver le chemin des songes en interrogeant directement la mémoire de votre corps.

Dimanche 19 avril

Conférences ...

10h-11h15 > Constellations familiales avec Lucy LEFEBVRE

Les Constellations Familiales permettent d'explorer les liens invisibles et les schémas hérités de notre histoire familiale. Cette conférence vous propose de découvrir leur fonctionnement, leurs bienfaits et comment elles peuvent favoriser libération émotionnelle et apaisement. Un temps d'échange clôturera la rencontre.

11h30-13h > La lithothérapie avec Bernard CICCARIELLO

Lithothérapie, l'union de la matière et de la lumière

La lithothérapie peut être envisagée comme un pont entre la Terre et la lumière. Les minéraux, issus des profondeurs et du temps long, portent la mémoire de la matière, tandis que la lumière, rapide et immatérielle, révèle et met en mouvement le vivant.

À travers cette conférence, l'être humain est présenté comme un trait d'union entre ces deux dimensions : enraciné dans le monde physique et en lien avec des perceptions plus subtiles. En croisant approche scientifique et expérience sensible, je vous invite explorer comment matière et lumière dialoguent en nous.

Une invitation à relier corps et perception, ancrage et ouverture, dans une approche globale de l'équilibre, à la croisée de la lithothérapie et de la chromothérapie.

14h-15h15 > Femmes et émotions avec Bakhta BLANC

Les hormones jouent un rôle clé dans notre équilibre physique, émotionnel et mental.

Quand elles se dérèglent, le corps envoie des signaux : fatigue chronique, douleurs, prise de poids, troubles du cycle, acné, anxiété, variations d'humeur, troubles digestifs, troubles du sommeil, bouffées de chaleur...

À travers cette conférence, nous aborderons de façon claire et accessible :

- Le fonctionnement des hormones féminines
- Le Syndrome Prémenstruel
- La préménopause et la ménopause
- La postménopause
- Les déséquilibres hormonaux et leur impact émotionnel
- Les solutions en naturopathie et physio-nutrition

Ton corps ne dysfonctionne pas : il communique. Et si tes hormones avaient des messages à te transmettre ?

15h30-16h45 > Microplastiques et océans avec David VLACIC

L'impact du cosmétique conventionnel dans les lagons.

Aroma puzzle avec Dominique GODART

Vendredi de 14h à 19h

Samedi de 10h à 19h

Dimanche de 10h à 12h

> Atelier rempotage avec Nadine ROCHE

Samedi de 10h à 17h

> Atelier Découverte de la Nature avec Brigitte des 3 B

Dimanche de 10h à 17h

ALYTRAITEUR Traiteur et confiserie artisanale

AMAP Produits locaux, miel et pain

AMELIE PROVENCE Fruits, légumes et plats préparés (vendredi et samedi)

ANAÏS BIEN-ÊTRE CRÉATION Créations en bois artisanal

ARBRE DE VIE Minéraux et bols tibétains

CÉCILE MERLOT CUSTUMIA **Découvrir** sur place

CHAMP DE BULLES Savons artisanaux

ÉPICES À TOUTES LES SAUCES Épices du monde

L'ATELIER DE LILI Minéraux et lithothérapie

LAETITIA ESCUDERO Aloe vera et compléments alimentaires

LE CHAMP DES POTIONS (dimanche)

LE PETIT MONDE DE VÉRO Bijoux, macramé et photographies

LITHOTHERAPIE BC Lithothérapie, chromothérapie et oracles

LUNE DES FLEURS Fleurs séchées et bougeoirs

MAISON RÉGIONALE DE SANTÉ Présentation des services santé

MATA MOANA Cosmétiques naturels esprit polynésien

MÉDIATHEQUE D'ISTRES Présentation des services culturels

NATH AIME Lithothérapie

Ô'BIJOUX DU BONHEUR Création de bijoux et minéraux

ONYX Boutique ésotérique

SUR LE CHEMIN DE LUMIÈRE Objets ésotériques

UN PAS VERS SOI Minéraux et lithothérapie