

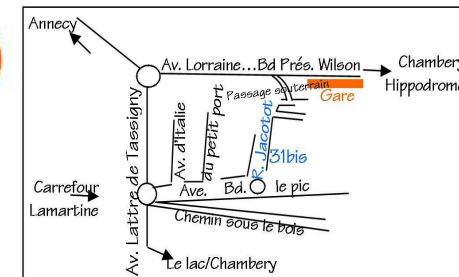
31 Bis Rue JACOTOT
73100 AIX LES BAINS

06 15 43 38 39

espaceaurore-aixlesbains.com
espaceaurore@free.fr

ESPACE AURORE

Mai 2018



Jeudi 3 mai

9h30 / 12h

Atelier

QI GONG

« Nourrir l'intérieur » selon l'enseignement de Mme Lu Ya Fei : quand le geste se fait baume pour le cœur, le corps et l'esprit. Ce qi gong favorise la gestion des émotions et stimule le principe vital. C'est un travail profond qui agit sur le Vaisseau Conception, le Vaisseau Gouverneur et le méridien ceinture et permet ainsi une harmonisation de l'ensemble de la circulation énergétique.

(*) 30€ par atelier, 50€ les deux, 75€ les trois. Petit budget me consulter

Sylvie ONILLON sylvie.onillon@laposte.net 06 89 87 68 58

du Jeudi 10

au Dim. 13 mai

9h30 / 18h

Stage

4
jours

CNV : Les bases de la Communication NonViolente + l'écoute de soi / l'écoute de l'autre

Modules 1 et 2 regroupés

Pendant ces 4 jours, nous vous proposons de venir vous initier à la Communication NonViolente (CNV), un processus simple qui vous permettra de mieux vivre avec vous-même et avec les autres.

Développée par Marshall Rosenberg, la CNV nous invite à mettre en mots nos ressentis de façon à prendre conscience de ce qui nous habite et à poser une action ajustée à nous-même et à l'autre. Grâce à des exercices pratiques accessibles à tous, les deux premiers jours sont une opportunité de se rencontrer autrement et d'acquérir des outils utilisables au quotidien. Les 2 jours suivants permettent d'approfondir cette découverte autour de la dimension de l'écoute dans le dialogue et seront l'occasion d'approfondir plus particulièrement les notions d'auto-empathie et d'empathie.

Ouvert à toute personne désireuse de découvrir et de commencer à mettre en pratique le processus de Communication NonViolente.

Ces 4 jours correspondent aux modules 1 et 2 regroupés et sont conçus comme un tout. Il n'est pas possible de s'inscrire à un seul des deux modules.

MANIBHADRI et Delphine CROQUELOIS

Inscription obligatoire : Muriel Gruzka : muriel.secretariatcnv@gmail.com -06.18.42.57.79.

Samedi 12 mai

9h-12h

atelier

ATELIERS TOUCHER TERRE

Grâce au modelage intuitif de la terre, aux exercices de pleine présence, découvrez le développement de votre créativité naturelle et votre capacité d'écoute intérieure ; ils se révèlent tout en douceur dans un esprit de groupe bienveillant.

Un thème sert de fil conducteur.

Les deuxièmes samedi matin de chaque mois

abonnement 10 séances : 180 € (+ un massage énergétique du dos en cadeau)

Réservation : Martine DUCHENE 06 83 52 71 78 tetouterrien@gmail.com

www.toucherlessentiel.com facebook : Toucher l'Essentiel

Samedi 12 &
Dimanche 13
mai 2018
de 9h. à 17h.

INITIATION REIKI USUI 2EME DEGRÉ

Révision du 1er degré, initiation au 2ème degré, Initiation au symbole du cœur, Mise en pratique des 3 symboles de reiki 2ème : travail à distance, travail avec les cristaux... Initiation au symbole du cœur.

Ateliers pratiques. Support de cours. L'attestation de stage Reiki 2ème degré est remis par la LFDRU (Fédération)

Réservation obligatoire : contact.mb01@gmail.com 06.32.96.01.77

Infos programme : www.reiki-rhone-alpes-paca.com

MURIEL BRUN Maître-enseignante Reiki (Niveau IV lignée Usui)

Possibilité de prise en charge partielle ou globale du coût de votre formation.

Mardi 15 mai
19h - 22h

atelier

APPRENDRE A UTILISER UN PENDULE

Le pendule permet d'amplifier notre intuition afin de donner une réponse à notre questionnement. Il permet aussi de mesurer le niveau d'énergie vital appelé aussi taux vibratoire de tous objets, aliments, lieux d'habitation ou personnes que vous rencontrerez. Je vous proposerai de nombreux exercices d'application pour développer votre ressenti et apprendre le maniement correct du pendule.

Chaque mois: un thème différent vous sera proposé, toujours autour de la radiesthésie. Je vous ferai découvrir par exemple « comment bien choisir vos fleurs de Bach » ou encore « comment détecter les énergies telluriques nocives » du sous-sol de votre habitation (géobiologie des lieux) grâce à l'utilisation de baguettes de sourciers ou radmasters

Laurent GUIMARD

Thérapie énergétique de libération des mémoires émotionnelles

06 66 35 51 63 www.memoires-emotionnelles.fr

Mercredi 16 mai
19h30

Conférence

LE KARMA ET LA CONSCIENCE « Mythe ou réalité de la Création » Conférence

Il y a 3 lois dans l'Univers qui sous-tendent la Création. Elles sont incontournables, malgré nos efforts à les ignorer. Sommes-nous réellement conscient de nos vies? Pourquoi je vis sans cesse et à répétition les mêmes histoires? Se pourrait-il que mon destin soit différent de mes perceptions? Il est possible de changer le cours de notre histoire et de cesser de subir. Lorsque la conscience s'ouvre par la compréhension et l'intégration de ses expériences, il est alors possible d'évoluer dans la paix de l'âme et de l'esprit. Dans cette conférence, j'aborderai: • Les lois de la Création • La destinée et le destin • Le karma et ses aspects • Les 4 clés de la Conscience • La libération et l'évolution de l'âme "COMPRENDRE EN CONSCIENCE, C'EST OBTENIR LA GUÉRISON ÉMOTIONNELLE RELIÉE À L'ÂME"

Lise CHALIFOUR

est Naturopathe Diplômée, Médium, Thérapeute énergétique, Formatrice, Conférencière et Guide spirituelle.

Elle exerce sa profession au Québec et en Europe.

inscription / info Cesira Pioda Andreoni 06 66 55 60 31 cesira@conscienceoptimale.com

Jeudi 17 mai
9h15 / 12h15

Atelier mensuel

FELDENKRAIS

Marcher en tant qu'adulte paraît un acte simple ; c'est l'activité physique principalement recommandée par le corps médical pour maintenir son capital santé. Et pourtant, marcher peut fatiguer ou réveiller des douleurs articulaires ou musculaires d'autant plus si nous la pratiquons en montagne avec un dénivelé. Voici trois ateliers pour : - avoir une marche plus légère et confortable - adopter un comportement adapté à l'environnement - questionner vos habitudes corporelles. Lors de séances collectives de Prise de Conscience par le Mouvement, vous serez guidés pas à pas en expérimentant des séquences de mouvements. Grâce à cette méthode, vous : - prenez connaissance des nombreuses articulations mises en

jeu : hanches, chevilles, mais aussi colonne vertébrale en lien avec le bassin, épaules et tête ! - testez, expérimentez différentes manières de marcher - observez si vos pieds sont pleinement disponibles pour vous faire avancer (déformations, efficacité des appuis...)

Armelle THIRION-COLOMA

réservation : 06 95 26 60 31 armelthirion@yahoo.fr
marelleceleste.wixsite.com/artdumouvement

Vendredi 18 mai

18h/20h30

Conf
érence-
atelier

LUTTER CONTRE LE STRESS ET L'INSOMNIE

Initiation au Sounder Sleep System, techniques de mini-mouvements synchronisés à la respiration naturelle. Expérimentation pratique et éclairage sur le fonctionnement du cerveau dans l'éveil et le sommeil. Cet atelier-conférence est prolongé par 2 mini-stages "Marmotte" fin mai

Blandine WONG - Méthodes Feldenkrais / Corps et Voix / Neuro gym

information / réservation [04 79 63 65 75](tel:0479636575) b.wong@sensactions.fr www.sensactions.fr

Samedi 19 mai

10h

stage

J'AI CONFIANCE ET J'OSE ETRE MOI-MEME !

Journée Au coeur de Soi : " J'ai Confiance et j'ose être moi-même ! "

- Avez-vous confiance en vous ? - Etes-vous épanoui(e) professionnellement, amoureusement, dans votre vie relationnelle et familiale ? - Traversez-vous une phase de transition ? - Osez-vous le changement ? - Connaissez-vous vos élans profonds, vos désirs ? - Quelles aspirations, quels rêves aimeriez-vous concrétiser dans votre vie ? - Reconnaissez-vous vos potentiels ? vos qualités, vos ressources ? - Etes-vous à l'écoute de vos besoins ? - Vous autorisez-vous à être au coeur de votre vie ? Au cours de cette journée, vous pourrez explorer, accueillir et transformer les dynamiques conscientes et inconscientes (conditionnements, mémoires transgénérationnelles, conflits intérieurs hérités de votre histoire) qui peuvent vous empêcher de créer et de vivre la vie qui vous ressemble ! **** Au programme : exercices psycho-corporels et énergétiques, constellations chamaniques, communication avec les parties de soi, parole du cœur.

Renseignements / inscriptions :

Elise FERRAN 06 41 66 63 80 & Line CELESTRANO 06 19 86 07 06

infos@tantra-chamanisme-conscience.com www.tantra-chamanisme-conscience.com

Mercredi 23 mai

18h30/20h30

&

Jeudi 24 mai

9h30 /12h

atelier

MOUVEMENT DANSE

Dans cet atelier mensuel je vous propose de rentrer en relation avec votre corps dansant. A travers une autre façon de dialoguer avec soi et avec les autres, dans une approche douce et respectueuse des possibilités de chacun, nous ferons l'expérience du sensible de nous même, du mouvement qui nous danse, nous fait sentir la Vie en nous et nous ouvre un espace de créativité.

Corinne VOISIN, danseuse, chorégraphe, Art- Thérapeute

Réservation [06 73 89 69 39](tel:0673896939) ou souslespas@orange.fr

Vendredi 25 mai

18h/21h

atelier

VOYAGE DANSE

En retrouvant notre liberté de mouvement, retrouvons notre plein potentiel de vie. Je vous propose un moment de communion dans le mouvement. Venez sans attente et laissez-vous surprendre.

Mélisa RACHEL

Réservation: [06.95.44.15.34](tel:0695441534) melisarachelle@gmail.com <https://www.facebook.com/La-Danse-de-Soie>

Vendredi 25 mai Stage
14h
dim 27 mai
10h / 17h30

Mini-stage "MARMOTTE"

Pour lutter contre le stress et l'insomnie, pratique du Sounder Sleep System, techniques de mini-mouvements synchronisés à la respiration naturelle. Il est conseillé de participer auparavant à l'atelier-conférence "Lutter contre le stress et l'insomnie" du 18 mai.
(80/€ pour 1 mini-stage, 120 € pour les 2)

informations /réservation

Blandine WONG Méthodes Feldenkrais / Corps et Voix / Neuro gym
04 79 63 65 75 b.wong@sensactions.fr www.sensactions.fr

**Samedi 26 &
Dimanche 27
mai** Stage

" AU COEUR DE SOI". Une immersion le temps d'un week end, pour aller explorer toutes les dimensions de son Être, à travers le Yoga et le Tantra (corporel, psychique, énergétique, spirituel)
Durant ce stage je vais: Libérer mon corps de ses toxines, tensions et cuirasses, reconnaître certaines croyances et conditionnements, laisser parler mon enfant intérieur, Ecouter les messages intuitifs, corporels et émotionnels, me mettre en relation en connexion profonde avec l'autre, m'installer dans le moment présent, la conscience.

Plus d'informations sur marlene.couvet.fr

Vendredi 1^{er} juin atelier
14h30

INITIATION PENDULE et GEOBIOLOGIE

Prise en main du pendule, mise en place de la convention mentale, apprendre à poser les bonnes questions, usage du témoin, ateliers pratique. Apprendre à détecter les ondes nocives dans un lieu de vie, un cabinet....Vue d'ensemble sur les solutions : nettoyage et harmonisation

Réservation : contact.mbo1@gmail.com 06.32.96.01.77

Infos: www.reiki-rhone-alpes-paca.com

MURIEL BRUN Maître-enseignante Reiki (Niveau IV lignée Usui)

Samedi 2 juin stage
9h/17h

INITIATION REIKI USUI 1^{er} DEGRE

L'histoire du reiki, les principe du reiki, les 4 initiations du 1er degré. Comment recevoir et transmettre l'énergie Reiki, l'auto-traitement, le travail sur les chakras. Atelier pratiques : échanges de soins. Support de cours. Attestation de stage reiki 1 er degré Usui remis par la LFDRU (La Fédération de reiki Usui) Organisme de formation enregistré, agréé Datadock.

Possibilité de prise en charge partielle ou globale du coût de votre formation

Réservation : contact.mbo1@gmail.com 06.32.96.01.77

Infos: www.reiki-rhone-alpes-paca.com

MURIEL BRUN Maître-enseignante Reiki (Niveau IV lignée Usui)