

## INSCRIPTION

### Prix de la formation des 3 ½ jours : 500.- CHF

Est compris : support des techniques revitalisantes, méditation, aromathérapie et olfaction, théories alimentaire et énergétique.

Non compris : frais de logement et repas.

Possibilité de loger en chambre d'hôte à Courcelon :

Chez Fleury : 032 423 49 18 ou 077474 47 85

Gîte rural : Télec et Martial Lachat : 032 422 32 85

Les repas sont amenés par les participants et préparés ensemble au Pré en Bulle pour 2 repas du midi (samedi et dimanche) et un repas du soir (samedi)

Samedi 12 juin : pique-nique

Un acompte de 200.- CHF clôt l'inscription.

Les inscriptions sont prises par ordre d'arrivée. Un courriel vous sera envoyé pour confirmer votre enregistrement.

Le nombre de participants est limité à 10 personnes.

NOM

PRENOM

RUE

LOCALITE

Email

N° de mobile :

Dater et signer :

## DES OUTILS POUR PRENDRE SOINS DE MOI

### Thérapeute, personnel soignant, proche aidant, aide en pharmacie, coiffeur, autres...

Stage de développement personnel de 3,5 jours destiné à toute personne ayant contact avec des personnes affaiblies physiquement, moralement et émotionnellement. Un week-end de recentrage, méditatif, introspectif épaulé par 4 thérapeutes.

Du VENDREDI 3 SEPTEMBRE 2021 17H00

au

DIMANCHE 5 SEPTEMBRE 2021 17h00

et

LE SAMEDI 27 NOVEMBRE 2021 DE 9H00 à 16H00

Espace Pré en Bulle  
Grand Rue 39  
Courcelon

### Renseignements auprès de

Koller Claudette

Naturopathe dipl.féd.

info@essence-de-vie

m : 079 648 56 73

## INSCRIPTION

### Objectifs :

Ces journées sont construites pour conserver votre énergie tout au long de la journée. Par différentes techniques, il vous est proposé de mettre en place une ligne de conduite vous permettant de garder votre vitalité lors de vos soins.

### Contenu :

- Techniques taoïstes revitalisantes selon Mantak Chia : les 6 sons guérisseurs, auto-massage, échauffement matinal
- Etude énergétique régénérante et purifiante
- Méditation aux bols sonores
- Aromathérapie et olfaction méditative
- Alimentation biogénique
- Réflexion personnelle
- Protocole personnel pour maintenir son énergie après expérimentation

### Remarque :

Cet atelier est construit pour se connecter à soi pendant un week-end. Il est conseillé, dans la mesure du possible, de préférer une alimentation végétarienne et de s'abstenir de consommer drogue et alcool durant le cours et les quelques jours précédant, afin de se permettre d'être en introspection de manière respectueuse.

## DES OUTILS POUR PRENDRE SOINS DE MOI

### INTERVENANTES :

#### *Claudette Koller*

**Naturopathe avec diplôme fédéral depuis 2017,  
praticienne de Chi Nei Tsang, énergéticienne  
[www.essence-de-vie.ch](http://www.essence-de-vie.ch)**

#### *France Crevoisier*

**Thérapeute complémentaire par les couleurs, la nature, le reiki,  
géobiologue et conseillère de santé selon sainte Hildegarde  
[www.linspirale.ch](http://www.linspirale.ch)**

#### *Claire-Lise Salzmänn*

**Praticienne en énergétique, technique OZNU, massage classique, Breuss  
et énergétique et enseignante de Shibashi  
[www.codebienetre.ch](http://www.codebienetre.ch)**

#### *Aline Schindelholz*

**Thérapeute complémentaire en énergétique, soins par la nature,  
méditation sonore aux bols chantant  
[www.ladamedudoubs.ch](http://www.ladamedudoubs.ch)**