

Ce qui vous est proposé

Comprendre, expérimenter,
« bio-logiquement » sur vous-même
par les techniques d'ostéo pratique intégrée
et la sophrologie

Pour qui ?

Toute personne souhaitant harmoniser
son corps, son cœur et sa tête et
sentir sa vie circuler,
Les professionnels de santé souhaitant
rester « équilibrés »
Toute personne éprouvée par la vie,
souhaitant pouvoir gérer sa santé

Comment ?

Ostéo-pratique et sophrologie, ne demandant
aucune compétence préalable.

Ateliers pratiques et vivants en lien
avec notre quotidien.

Possibilité d'enchaîner sur une formation
professionnelle

• Equilibre



• Harmonisation

• Eveil de la conscience

• Etre vivant

Les ateliers

- 1 / Bases de l'énergétique du corps humain**
 - Posture et respiration, clefs de la conscience « in-corporée »,
 - Expériences de communication biologique, et première auto-correction simple,
 - Compréhension des courants de vie : « le computer biologique » et son mode d'emploi.
- 2 / Colonne vertébrale, axe de vie**
 - Appréciation des tensions et auto-libérations,
 - Comprendre et reconnaître ses conflits biologiques,
 - Fonctionnement du « clavier sacré » (sacrum),
 - Mise en place d'une auto-séance.
- 3 / Désamorcer les conflits biologiques**
 - Equilibration quotidienne complète,
 - Vérification de la diffusion corporelle de l'énergie vitale,
 - Nœuds et tensions mémorisés,
 - Devenir un observateur neutre de soi-même.
- 4 / Le thorax, sens des équilibrations bio-énergétiques**
 - Les cervicales et nos comportements existentiels,
 - Elargir notre point de vue sur la vie,
 - Equilibration complète, globale.
 - Mise en pratique sur table

Informations pratiques

3 ateliers de un jour et demi : samedi 9h30-18h, et dimanche 9h- 13h, faisant suite à la première session enseignée par Mr Salètes.

Dates :

- 24 et 25 novembre 2012
- 8 et 9 décembre 2012
- 19 et 20 janvier 2013

Pour les ateliers, se munir d'une tenue décontractée, d'un cahier de note

Inscriptions, renseignements

Christel Beurenaut
Sophrologue, Ostéo praticienne
Cabinet au 62, bld de l'hôpital, 75013 Paris
Tél : 06 74 56 74 13
Email : contact@sophro-sante.fr
Site : www.sophro-sante.fr

Thérapies manuelles et énergétiques et Sophrologie



Beurenaut Christel

Sophrologue, Ostéo-praticienne

Parcours :

Après un diplôme d'état d'infirmière, Christel Beurenaut devient puéricultrice en 1997. Tout en exerçant en extra hospitalier, elle s'intéresse et se forme à des thérapies alternatives, plus « douces » : sophrologie, thérapie énergétique coréenne, relation d'aide, massages... Elle devient sophrologue puis formateur de professionnels au Centre d'Etudes Appliquées à la Sophrologie en 2008.

Elle exerce en cabinet, en école, en entreprise.

Toujours à la recherche de la réponse la plus adaptée pour l'harmonie « corps-esprit » et à l'investissement des personnes dans leur auto-guérison, elle s'initie à la méthode d'ostéopathie douce, globale et informative de Raymond Poyet auprès de Jean-Michel Salètes, créateur et promoteur du concept d'ostéo- pratique intégrée et fondateur de l'association « à corps-conscient ».

C'est dans le cadre de leur collaboration que cet atelier vous est proposé aujourd'hui... un apprentissage pour la vie.

« A-CORPS CONSCIENT »



3 ateliers « mieux-être »

pour apprendre l'auto-gestion « biologique » de son équilibre et de sa santé

**En collaboration avec Mr Salètes et la
FLMNE**