

Nom	Activité	Thème	Explications
Anne Cauchois	Praticienne en massages bien-être	Massage chinois, massage drainant	massages issus des grandes traditions orientales et des approches occidentales modernes. De la relaxation, du ressourcement, de la relance d'énergie, autant de sensations à découvrir. Dans le cadre des ateliers de Gouvieux, seront mis en avant, le massage énergétique chinois "Chrong Mai", à base de frictions, d'acupressions, d'un travail au cristal de roche sur le système digestif pour relancer l'énergie et se recentrer OU le massage drainant des jambes ou du visage pour détoxiner l'organisme et raffermir les tissus".
Anastassia Venediktova	Naturopathe énergétique	Prolonger la jeunesse et la beauté avec la naturopathie	Naturopathie (conseils nutrition et compléments alimentaires, bilan vital, iridologie, accompagnement des pathologies lourdes, amincissement et rajeunissement naturel, infertilité du couple et l'aide à la conception), harmonisation énergétique, décodage biologique, relation d'aide, massages-bien-être, réflexologies, ventouses, yoga des yeux et également conseils compléments alimentaires pour nos amis animaux!
Capucine Rovère Martine Brieau	Naturopathe Sophrologue	Coaching poids minceur	Comment maigrir sans passer par la contrainte des régimes, perdre du poids dans la durée ? Une méthode basée sur des notions de diététiques, des exercices ludiques, des tests, par la pleine conscience reliée à l'alimentation, celle-ci nous permettant de prendre la mesure de nos comportements alimentaires, de l'interaction de nos sens et de nos émotions face à la nourriture et de retrouver la notion de plaisir.
Carine Renner	Feng Shui		Le Feng Shui permet d'aménager votre espace de vie et de travail intelligemment et harmonieusement au travers des matières, des couleurs, des formes, tout en respectant votre personnalité, vos objectifs, vos motivations et vos choix. J'utilise le Feng Shui, une discipline millénaire chinoise, qui trouve sa source dans l'observation de la nature. Par le Feng Shui, j'étudie les conséquences de l'environnement sur la vitalité, la créativité, l'énergie ou encore le comportement d'un individu ou d'un groupe. Je vous permets d'agir sur tous les aspects de votre vie (santé, argent, amour, famille, social, professionnel, ...).
Chantal Viller		Le Pouvoir insoupçonné des cellules souches	Nos cellules souches de la moelle osseuse constituent le système naturel de renouvellement du corps. Découvrez pendant la conférence : Qu'est ce qu'une cellule souche. Comment conserver intact son capital cellulaire et un état de santé optimal. Comment rétablir et régénérer un meilleur fonctionnement cellulaire quand on est moins jeune. Comment aider notre corps à libérer naturellement ses propres Cellules Souches Adultes.

Nom	Activité	Thème	Explications
Christa Beulay	Reiki Usui traditionnel Et Reiki Arc en ciel		Cette pratique nous aide à soulager la douleur physique, mental et émotionnelle en stimulant des processus curatifs naturels. Elle permet de libérer les énergies bloquées par notre système de pensée et de favoriser la détente du corps.
Clelie Vely	Praticienne en Ayurveda		Basé la théorie des <b>5 éléments</b> qui existent dans l'univers qui nous entoure. Ils sont responsables de la construction de toute existence physique .L'être humain est un microcosme de ce macrocosme. En se combinant, ils donnent naissance à <b>3 Doshas</b> (Vata, Pitta, kapha) qui donnent des particularités physiques et émotionnelles. Le Vikriti est l'état de déséquilibre des doshas qui provoque la maladie .Les saisons : l'environnement climatique a une influence sur cet équilibre à l'intérieur du corps qui peut être évité par un régime alimentaire approprié à chaque saison et l'hygiène de vie. <b>Le praticien ayurvédique</b> détermine la constitution de naissance et l'état de déséquilibre des doshas ], après avoir interrogé le patient sur sa digestion, ses éliminations [ selles , urine, sueur ], ses symptômes et sur son régime alimentaire.
Dominique Atlan	Ssophrologue caycédienne	Coach de Vie	Mieux –être: gérer stress, émotions, sommeil, douleurs, préparation à un événement... Changement: cibler et atteindre ses objectifs personnels ou professionnels, développer ses ressources, planifier et agir, dépasser ses peurs... Bonheur: les Ateliers Bonheur, issus de la psychologie positive, développent grâce à des exercices pratiques une dynamique positive, l'optimisme et la confiance en soi !
Emmanuèle Gervreau	Coach en gestion du stress et Hypnopraticienne	Conférence : Gestion du Stress et des Emotions  Séances individuelles :	Nombre de nos maux et souffrances sont en lien direct avec un état émotionnel chargé et un niveau de stress trop élevé, que nous ne parvenons pas (ou plus) à gérer correctement. Il est clair qu'une alimentation et un mode de vie sains ne suffisent pas à garantir une santé optimale si notre stress est mal géré et si notre santé émotionnelle n'est pas bonne. Prendre ou reprendre la main sur nos émotions et notre stress émotionnel peut littéralement transformer nos vies : comment y parvenir ?  Traitement du Stress et du Burn-out par l'EFT et la Régulation énergétique et neuro-végétative
Karine Baudel	Praticienne en Massage de Bien-Etre		Massage pour bébé, et approche parentale. Porter son enfant, tout un art.

Nom	Activité	Thème	Explications
Jessica vo	Réflexologue		<p>Le pied est la représentation miniaturisée du corps et de tous ses composants (organes, glandes, systèmes etc....) Grâce à un toucher habile par pression digitale, le réflexologue peut déceler le siège des tensions, l'origine des troubles pour le soulager mais aussi amoindrir les effets liés au stress et à ses manifestations.</p> <p>Bienfaits: bien-être et relaxation, amélioration des fonctions physiologiques, stimulation des émonctoires, renfort de l'immunité et activation de la circulation et lymphatique, amélioration du sommeil, revitalisation de l'organisme.</p> <p>Contre-indications : traumatismes du pied récents, maladies cardiaques récentes, phlébite, calculs, 1er trimestre de grossesse.</p>
Fanny Pellerin		Méthode Feldenkrais	<p>Les contraintes et le stress abîment notre schéma corporel et nos articulations. La méthode Feldenkrais a pour but de réveiller la capacité d'apprendre du système nerveux, en passant par une prise de conscience du corps en mouvement. C'est redécouvrir le plaisir de bouger avec un min d'effort et un max d'efficacité.</p>
Gaëlle Le Galvez et Pascale Jan Lanvin	Ostéo praticienne	Ostéo fluïdique : équilibre, liberté, joie de vie	<p><u>Définition</u> : méthode manuelle douce et globale qui utilise plusieurs techniques Ostéos</p> <p><u>Equilibration</u> du corps à 3 niveaux :</p> <p>Energétique, tissus mous (muscles, nerfs, lymphe, sang...), tissus durs (os, articulations)</p> <p>Reconnexion de toutes les parties du corps (corps, émotionnel, mental)</p> <p>Particularités : pas d'étirements de la colonne vertébrale, implication du patient et prise de conscience des causes des symptômes.</p> <p><u>Pour qui</u> ? pour tous : bébés, enfants, ados, adultes, personnes âgées, femmes enceintes</p> <p><u>Bénéfices</u> ? : libération des stress physiques et psychiques, des tensions (dos, cervicales, membres (épaules, bras, hanches, jambes..), mâchoire), troubles chroniques.</p>
Linda Bsiri	Thérapeute de la Voix	Thérapie par la Voix	<p>Sur le plan du Bien - Être général, cette méthode permet une :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaxation par la respiration et le son</li> <li>- Harmonisation des énergies par la vibration et les fréquences</li> <li>- Dynamisation par le rythme et le mouvement</li> </ul> <p>Votre voix ainsi se libère de toute tension qui l'empêche de circuler librement.</p> <p>Sur le plan de la Communication, Avivoix vous permet de trouver le médium de votre voix, donc de parler sans fatigue et d'être écouté avec plaisir.</p> <p>Procure confiance et joie de vivre et active un partage joyeux basé sur le jeu ,et le potentiel thérapeutique de la vibration du son.</p>

Nom	Activité	Thème	Explications
Martine Brieau	Sophrologue	Méditation	Notre esprit est un petit singe qui saute de branche en branche sans jamais semble-t-il s'arrêter. Des techniques simples de calme mental nous aident à mieux nous concentrer, à nous relier à nous-même et apaiser ce petit singe mental. La méditation prend appui sur la .respiration et permet de développer l'écoute des sens. En cela, elle nous permet d'affiner la nature réelle de ce que nous vivons, d'apaiser tensions mentales ou physiques. A cela s'ajoute la Pleine conscience: être là, maintenant dans ce que nous vivons. Elle développe ainsi notre sentiment de bonheur.
Catherine Cammareri	Kinésiologie	Le corps connaît la solution	La kinésiologie est une approche globale de l'individu ayant pour but de rééquilibrer la personne sur les plans physique, mental, énergétique et émotionnel Par un test musculaire, cette technique basée sur l'énergétique chinoise, permet d'identifier et de libérer les blocages enregistrés au niveau de la mémoire cellulaire afin de rétablir la circulation d'énergie dans le corps La kinésiologie permet de stimuler les capacités d'auto guérison et le potentiel de chacun. Elle implique la personne qui en bénéficie et vise à développer la conscience de soi à tous les niveaux pour améliorer la santé et jouir pleinement de la vie
Martine Guiborat	Yoga du rire et sonologie	Sonologie "Rééquilibrage par les Sons et les Vibrations	<u>La Sonologie</u> permet de mettre votre mental au repos, de vous détendre profondément, de libérer des blocages ou libérer des mémoires désagréables, de fluidifier des dysfonctionnements physiques, psychiques, émotionnels. <u>Le Yoga du Rire</u> Le Rire une merveilleuse thérapie ! Le Rire améliore toutes les fonctions du corps ! Il constitue le meilleur médicament du monde, absolument gratuit et sans effet secondaire.
Myriam Jitten	Magnétisme Conseils en elixirs floraux	Magnétisme et Elixirs floraux	Soulager le corps et apaiser l'esprit  - Le magnétisme, par ses propriétés anti-inflammatoires, décontractantes, antalgiques, antiseptiques et régénérantes permet de refaire circuler l'énergie là où elle était bloquée, de libérer les tensions, de restimuler certaines parties affaiblies et de revitaliser l'organisme.  - Les élixirs floraux du Dr Bach et ceux du Bush Australien constituent, en complément, une aide précieuse pour gérer et réharmoniser nos émotions.
Nathalie Follana	sophro-analyste et hypnothérapeute	Psychothérapie en état de conscience modifiée	Dans une démarche analytique, la thérapie en état modifié de conscience (Sophro-Analyse) permet de libérer les empreintes émotionnelles du passé et de mettre en place une nouvelle dynamique positive pour un réel changement Elle associe relaxation, visualisation, Programmation Neuro-Linguistique, Analyse Transactionnelle et Psycho-généalogie. La pratique de l'auto-relaxation ou « auto- hypnose » (sorte de méditation), vous permettra d'apprendre à installer de manière durable l'harmonie « corps-esprit » en toute autonomie et de développer, par des suggestions adaptées et individualisées, la puissance positive de votre mental, dans le but d'optimiser votre potentiel d'auto-guérison.

Nom	Activité	Thème	Explications
Noëlle Ziegler	Praticienne massage	Harmoniser son couple intérieur/extérieur	Découvrir votre Couple Intérieur (valeurs masculines et féminines) pour vivre en harmonie votre Couple Extérieur et vos relations. Ceci grâce à la connaissance de soi et la compréhension des 7 étapes d'évolution que chaque couple traverse inconsciemment, d'où tant de peurs, conflits, attentes...
Nolwenn Gesse-Pavy	Sophrologue	Libérer le stress par la sophrologie	La Sophrologie grâce à des techniques simples et efficaces de respiration, visualisation, exercices de relaxation dynamique (avec mouvements) permet de vous accompagner à tout âge de la vie dans votre quotidien, lors d'évènements importants de votre vie privée ou professionnelle, pour dénouer une problématique, traverser une période difficile ou encore faire un travail de développement personnel...Quelques champs d'application de la Sophrologie : gestion du stress, des émotions, du sommeil, préparation à un évènement (compétition sportive, bac, permis de conduire, entretien d'embauche...), périnatalité, acouphène
Pascale Besnier		Neurofeedback	LeNeurofeedback dynamique est une approche non médicale et non invasive qui permet d'optimiser le fonctionnement du cerveau. Il a des effets bénéfiques sur les problèmes mentaux et émotionnels, sur les performances intellectuels et sportives, sur le bien-être. La luxopuncture est une technique réflexe par un faisceau à infra-rouge qui permet la stimulation des points utilisés en acupuncture et en auriculothérapie avec des protocoles précis sur la perte de poids, l'arrêt du tabac, la relaxation, l'atténuation des désagréments de la ménopause, le rajeunissement du visage Accompagnement par Analyse Transactionnelle, Hypnose Ericksonienne, EFT, système PEAT
Sandrine Marechal	Méthode Inna Segal	Reconnexion à soi	Elle permet d'apprendre à communiquer avec son corps et sa sagesse intérieure. Cette méthode nous permet de nous rappeler que notre corps possède une incroyable intelligence et de grandes capacités d'auto-guérison. L'enseignement est composé d'exercices simples, pratiques et variés qui nous permettent de comprendre l'origine des blocages et d'apprendre à les dissoudre afin de retrouver bien-être, santé et vitalité.
Véronique Bauer Bruno Egea	Ohashiatsu	En bonne santé toute sa vie	Confortablement habillé, allongé au sol sur un futon, vous vous sentez bercé par le mouvement fluide et continu du praticien qui exerce des pressions sur les points et méridiens d'acupuncture qui parcourent le corps tout entier. En rééquilibrant du flux des énergies, l'Ohashiatsu apporte un bien-être du corps et de l'esprit.

Nom	Activité	Thème	Explications
Xavier Bary	Quantun touch Qi Gong Reiki	Méthode Wonder	La pratique de la méthode WONDER est un plus aux autres pratiques venant des médecines alternatives asiatiques en développant la perception et l'intuition. Après 4 années passées à utiliser cette technique sur des problématiques physiques, émotionnelles, mentales ou spirituelles, Xavier concentre maintenant son travail sur l'enseignement de cette méthode révolutionnaire de développement personnel et vous apprend à jouer avec les émotions pour changer votre réalité. il vous propose des soins énergétiques et du coaching en bien-être alliant traditions et innovations.
Chrystelle Deneux	Réflexologue	Réflexologie plantaire	La réflexologie plantaire est une méthode douce de digitopression qui part du principe que chaque organe, chaque fonction physiologique se reflète sur le pied sous forme de zones dites réflexes. Cette technique permet d'exercer une pression sur une zone précise, de relancer le courant énergétique, de stimuler ou de détendre l'organe correspondant. Elle est préconisée dans la gestion du stress et des maux qui l'accompagnent : migraines, insomnies, troubles digestifs, mal de dos. Elle améliore en outre la circulation sanguine et lymphatique, favorise l'élimination des toxines, apporte détente et relaxation profonde. et évacue les émotions négatives" Contre- indications : maladies cardio-vasculaire, thrombose, grossesse de moins de 3 mois.
Laurence Heritier	Astrologue	Astrologie Occidentale et chinoise	L'astrologie occidentale et chinoise, en lien avec le Projet Sens des parents (leur désir inconscient avant notre naissance), permet de dresser un portrait psychologique complet, et surtout de prendre conscience des motivations secrètes qui nous gouvernent. Faire la lumière sur ces problématiques est un premier pas vers la guérison."
Dominique Van Hooren	Soins énergétiques Massages bien-être		Initiée aux soins Energétiques et formée à la relation d'aide par le toucher, Dominique vous accompagne par des méthodes douces et naturelles vers une relaxation profonde. A votre écoute et en douceur, ses soins sont un excellent moyen de vous ressourcer, de faire le plein d'énergie, de libérer vos tensions corporelles et blocages énergétiques. Il en résulte une meilleure conscience, une plus grande écoute de votre corps et libère votre potentiel d'auto-guérison.
Véronika Duboille	Bio énergétique		<i>Méthode de détoxification guidée et contrôlée qui est une thérapie hollistique s'inspirant de la psycho-neuro-endocrino- immunologie. Elle traite des interactions entre le psychisme et le système immunitaire. Elle combinant les bases de l'acupuncture chinoise et la médecine occidentale et vise à restaurer la capacité du système immunitaire et en éliminant les différents types de toxines et relançant le système lymphatique et orientant le système immunitaire</i>

Cécile Brémard	Naturopathe	Endocrino psychologie	<p><i>Les glandes endocrines sont l'alliance intime, le lien énergétique entre l'organique et le psychisme. Elles sont en interaction constante pour maintenir l'équilibre physique et psychique de la personne.</i></p> <p><i>Le système EQUILIOS® est un appareil qui crée une résonance électromagnétique par l'application de plaques abdomino-dorsales. Les courants générés agissent remarquablement sur l'équilibre glandulaire : les glandes paresseuses sont stimulées, les plus actives sont modérées, d'où équilibration et amélioration de l'état général.</i></p> <p><i>Bienfaits : concentration, énergie, gestion du stress, anxiété, dépression passagère ou installée, allergies, bouffées de chaleur, les règles douloureuses, la fibromyalgie, la tétanie, la spasmophilie...</i></p>
----------------	-------------	-----------------------	--

La crêperie bio de Mlle Sucre d'Orange

**C'est l'histoire d'une femme très gourmande qui a toujours aimé crêpiter...et qui adore l'orangé !**

En mêlant la couleur à la pâte à crêpes, ce sont des **peintures** odorantes qui se forment sous vos yeux grâce à la **chaleur** de la fonte !

C'est un véritable plaisir sensoriel et **naturel** qui vous est proposé...En plus, cette mademoiselle a toujours le **sourire** car **elle aime** répandre la **gourmandise** !

Je pense qu'il ne vous reste plus qu'à venir la rencontrer et déguster de **belles crêpes toutes bio**...

Pour accompagner vos crêpes, un espace détente vous est proposé avec thé, tisane, café...