L'attitude juste permet la connexion
Le » Lâcher » met de l'espace
L'énergie va où va la pensée
Le Qi lamine l'égo
La pratique enseigne la pratique
Le chemin vers soi, les autres, l'équilibre, la santé

Christine GUINARD

Tel: 06 08 45 24 27

christineguinard@wanadoo.fr

« Association formAvivre »

Rue des bourgades

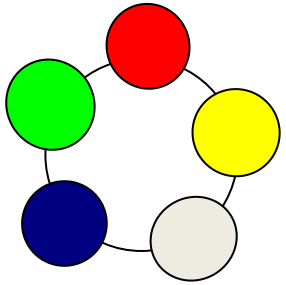
84220 ROUSSILLON

- Infirmière diplômée d'état,
- Diplôme de santé publique,
- Cadre infirmier supérieur,
- Formations avancées en techniques de communication
- diplômée en méthodes traditionnelles chinoises :
  - praticien de bilan énergétique
  - praticien de médecine énergétique,
  - praticien de Qi Gong

道

Le chemin

L'énergie, à l'origine de l'univers, de la vie, nourrit notre Etre, réalise l'alchimie des corps, physique, émotionnel, mental, spirituel, régule les échanges entre les organes, glandes, métabolismes, tissus…**Conditions de notre bonne santé**.



2015 - 2016

Qi Gong

soins

Qi Gong… Soin énergétique… Bien être, Transformation, Santé

Accompagnement collectif

Séances de Qi Gong

Notre corps est une antenne; l'objectif est de vous aider à capter l'énergie, à l'absorber, la faire circuler partout dans le corps, en sentir les effets… Aisance des mouvements – disparition des tensions, douleurs – sensation de légèreté – apaisement de l'émotionnel – ouverture des plexus – clarté mentale – les pieds sur terre - droit….

Je tiens compte des besoins de chacun, de la saison et de l'énergie du jour pour densifier et faire rayonner votre potentiel énergétique.

Les mouvements, postures et méditations répétés au cours des séances, permettent d'avoir l'attitude juste, le comportement adapté dans les gestes et situations de la vie quotidienne, pour être en harmonie avec Soi, les Autres, pour vous préserver et vous respecter.

Le travail puissant de l'énergie se poursuit plusieurs jours, voire semaines.
Cette pratique simple des exercices renouvelés chez soi, maintient et amplifie les retentissements profonds entretenant votre bonne santé.

Séance de 3h30 :

- **Samedi 8h30 à 12h**
  et/ou 14h à 17h30
- Si le nombre d'inscrits est trop important le samedi, une séance **le dimanche de 14h à 17h30** vous sera proposée.

Inscription avant le lundi précédent le stage, en me communiquant, si vous le souhaitez, votre besoin prioritaire

Coût : 60€ la séance **– 250€** les 5 séances (valable jusqu'à juin 2016) **- 100€** la séance/couple

Lieu : salle polyvalente de l'école de Roussillon
(Prévoir tenue souple, tapis de sol, coussin, plaid)

Accompagnement individuel

⁕ Soins énergétiques

Perception de votre état profond : techniques manuelles d'énergétique chinoise, conseils en hygiène de vie et en hygiène alimentaire, pour une meilleure santé, une transformation de votre qualité de vie, un développement personnel.

⁕ Bilan énergétique

ou astrologie chinoise (1er et 2ème niveau)
A la lecture des cinq éléments de la médecine chinoise, le bilan vous apporte un éclairage, une compréhension sur les différents aspects de votre Être, de votre personnalité. Il vous donne l'opportunité d'appréhender vos fragilités émotionnelles, relationnelles, affectives…comme une force, une ressource pour les transcender et découvrir votre Etre véritable qui donne du sens à votre vie.

⁕ Qi Gong thérapeutique

Appropriation des mouvements et postures selon votre rythme personnel, pour résoudre un problème de santé spécifique ou une difficulté particulière.

❖

➔ **Dates des séances collectives**

2015	2016	
12 septembre	**23 janvier**	**23 avril**
10 octobre	**27 février**	**21 mai**
7 novembre	**19 mars**	**18 juin**
5 décembre		