

Découverte du cycle des éléments

Quatre ateliers au fil des saisons pour une reconnexion avec les cycles de la Nature et ainsi mieux saisir les changements que cela induit dans nos corps.



Une journée pour découvrir un élément, apprivoiser la saison et comprendre, sentir le fonctionnement de nos corps, de nos organes pour mieux l'accompagner dans sa recherche indéniable d'équilibre.

Grâce à la naturopathie, la médecine traditionnelle chinoise, l'alimentation, la phytologie, l'aromatologie, la méditation...

UNE JOURNEE = UNE SAISON

Au programme, douceur de prendre le temps, de **retrouver un peu la Nature** au dehors et notre propre Nature. Si la météo le permet directement au contact des arbres, des plantes, ...

D'autres moments plus **théorique** pour mieux saisir l'importance des cycles, **les liens entre les éléments, les saisons, les organes**. Toutes ces interconnexions qui façonnent nos êtres sur les **plans biologiques, émotionnels et subtils**.

Préparation ensemble d'aliments de saison, frais, bio-logique pour un **repas partagé** dans la simplicité et la convivialité.

Le début d'après-midi sera tout doux, **sophrologie, méditation, sieste musicale** ... proposé par un intervenant surprise !

Puis des petits exercices, **mouvements d'étirements**, postures de yoga pour stimuler et/ou apaiser les organes de la saison.

Un temps de partage plus théorique sur les **méthodes naturelles** pour **soutenir, renforcer voir drainer**, en fonction des saisons, grâce à **l'alimentation, la phytologie, l'aromatologie, la gemmologie, l'hydrologie, les couleurs, les sons, les zones en réflexologie** ... pour favoriser un bon équilibre et intégrer nos cycles !

Mise en application à travers des **recettes à faire soi-même, huiles essentielles, plantes sous diverses formes, huiles végétales, baumes...**

INFORMATIONS PRATIQUES

- 🌿 **Elément Bois** : 29 février 2020 - se préparer à l'arrivée du printemps !
- ☀️ **Elément Feu** : 23 mai 2020 - se préparer à l'énergie de l'été !
- 🍂 **Elément Métal** : 26 septembre 2020 - se préparer à l'automne !
- ❄️ **Elément Eau** : 21 novembre 2020 - se préparer à l'entrée dans l'hiver !

L'élément Terre (intersaison, été indien) sera évoqué à chaque atelier !

Présenté par Charline Laheux - Naturopathe-Iridologue - Phyto-aromatologie -
Réflexologie Plantaire - Approche énergétique !

🕒 **Horaires** : 9h30 -17h30

📍 Le programme sera adapté en fonction de l'élément, de la saison, du lieu ...

📍 **Lieux** : Les éléments Bois, Métal et Eau seront à la salle de l'Arche , au village des Noues à Maisdon sur sèvre 44690.

Tandis que l'élément Feu sera à Remouillé, à l'Oasis de la Chaumière !

🕒 **Tarifs** pour une journée d'atelier : 125€ (inclus repas, intervenant, matériel pour préparation HE - HV...)

🕒 **Tarifs inscriptions** pour les 4 ateliers : 460€

Plus d'informations par mail : charline.laheux@gmail.com ou tél :0672708664 -
<https://www.charlinelaheuxnaturopathe.fr/>



Inscriptions à renvoyer : Charline LAHEUX

La Douillardière

85600 St Hilaire de Loulay

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

E-mail *: _____

Tel: _____

- Je m'inscris à l'atelier **Elément Bois** : **29 février 2020 - printemps**
- Je m'inscris à l'atelier **Elément Feu** : **23 mai 2020 - l'été**
- Je m'inscris à l'atelier **Elément Métal** : **26 septembre 2020 -l'automne**
- Je m'inscris à l'atelier **Elément Eau** : **21 novembre 2020 - l'hiver**

* obligatoire pour envoyer les dernières indications avant l'atelier

Je joins pour chaque atelier un chèque au tarif de 125€ à l'ordre de Charline LAHEUX ou 4 chèques (inscription 4 ateliers) de 115€ (le chèque sera encaissé 7 jours avant l'atelier)! Il sera possible de faire l'inscription aux autres modules suite au premier atelier.

Fait à _____ le _____ Signature

Commentaires (intolérance, allergie, demande particulière...):
