

Santé et bien-être

5 conférences organisées par Trace Une Diagonale dans le cadre du Festival Bliss Yoga à Darwin - 18 et 19 juin



samedi 18 juin 10 h 30

Le jeûne thérapeutique par le Dr De Braucourt

Le jeûne, pierre d'angle d'une santé harmonieuse, occasion aussi d'un retour aux aliments originels, source d'équilibre et d'énergie.

Conférence-débat avec le docteur P-E De Braucourt, homéopathe, ostéopathe, acupuncteur.



samedi 18 juin 14 h 30, atelier samedi 18 juin à 15 h 30

Le zen ou la simple assise par Stéphane Hirschberger

Par l'apprentissage de la méditation silencieuse, dans une posture juste du corps et de l'esprit, le zen propose une pratique de l'éveil. La conférence sera suivie d'un atelier d'initiation à la méditation zen. Stéphane Hirschberger, architecte, pratique la méditation depuis plus de vingt ans. Moine zen, il dirige le Dojo Zen de Bordeaux, rue Pierre Noguey (www.dojozenbordeaux.com).



samedi 18 juin 17 h 30, atelier dimanche 19 juin à 14 h 30

Le lâcher -prise et la paix intérieure par Annie Eyraud

Qu'est-ce que le lâcher-prise ? Les différentes étapes qui nous permettent d'y accéder et les outils pratiques au quotidien. Passionnée par la connaissance de soi et le paranormal, Annie Eyraud est thérapeute en développement personnel. Elle s'occupe également de l'association Trace une Diagonale qui apporte de nouvelles perspectives de vie à un large public (www.annie-eyraud.com).



dimanche 19 juin 10 h 30

Le do in ou la voie de l'énergie par Olivia Van Paemelen

Le do in ou la voie de l'énergie est une approche corporelle, issue du Shiatsu, qui vise à libérer les blocages énergétiques et aide le corps à entretenir ses facultés d'adaptation face à un environnement stressant. Olivia Van Paemelen travaille en tant que coordinatrice de la vie sociale et animatrice dans un établissement hébergeant des personnes âgées dépendantes.



dimanche 19 juin 16 h 00

"Chakras, dantiens, hara" - Les centres énergétiques ou l'harmonisation des trois feux par Katharina Schäfer

Certains consacrent leur vie à nourrir leur feu céleste, d'autres cultivent plutôt leur feu terrestre. Les anciens chinois se sont intéressés à l'interaction, l'alchimie de ces trois feux afin de trouver un équilibre entre le spirituel et la vie. Katharina Schäfer, masseuse kinésithérapeute, exerce l'ostéopathie énergétique et la médecine traditionnelle chinoise (www.pointressource.com).

Inscription

Sur le site de l'association : www.traceunediagonale.fr
Sur le site de Bliss Yoga: www.festival-yoga-bliss.fr
Par téléphone : 05 56 40 03 49
Sur place

Adresse

Darwin,
87 Quai des Queyries
33100 Bordeaux

Tarifs

10 €. 5 € pour les membres
bienfaiteurs de Trace une
Diagonale