

«Cesser de faire, Réapprendre à être »

16 Juin 2018

Lorem ipsum dolor sit amet,
consectetur adipisicing elit, sed do

Heures : 9h - 17h

Intervenants :

Patrick Roumat (sophrologue),
Isabelle JONO (Psychologue),

[RESERVER](#)



«Cesser de faire, Réapprendre à être »

16 Juin 2018

Lorem ipsum dolor sit amet,
consectetur adipisicing elit, sed do

Heures : 9h - 17h

Intervenants :

Patrick Roumat (sophrologue),
Isabelle JONO (Psychologue),

[RESERVER](#)



«Cesser de faire, Réapprendre à être »

16 Juin 2018

Lorem ipsum dolor sit amet,
consectetur adipisicing elit, sed do

Heures : 9h - 17h

Intervenants :

Patrick Roumat (sophrologue),
Isabelle JONO (Psychologue),

[RESERVER](#)





ATELIERS



«Cesser de faire, Réapprendre à être »

16 Juin 2018

Programme :

- « Céder nos liens » au Faire et se rendre sensible et présent à soi-même autrement
- S'affranchir des constructions mentales figées et des représentations « enfermantes » sur l'utile et le nécessaire
- Ouvrir notre espace/temps à une dimension plus vaste que son « quant à soi »
 - Se laisser surprendre et percevoir par la Nature
 - Accorder du temps au Silence
 - Accepter de ne pas pouvoir, savoir ni vouloir
 - Percevoir la Santé en tout, partout
- Se départir des « atours » et « ca-rapaces » pour s'installer dans la confiance
- Traverser les paroles mentales pour aller plus loin et se connecter à notre Nature essentielle

Intervenants :

Patrick Roumat (sophrologue)
Isabelle JONO (Psychologue)



RESERVER

«Cesser de faire, Réapprendre à être »
16 Juin 2018



Programme :

- « Céder nos liens » au Faire et se rendre sensible et présent à soi-même autrement
- S'affranchir des constructions mentales figées et des représentations « enfermantes » sur l'utile et le nécessaire
- Ouvrir notre espace/temps à une dimension plus vaste que son « quant à soi »
 - Se laisser surprendre et percevoir par la Nature
 - Accorder du temps au Silence
 - Accepter de ne pas pouvoir, savoir ni vouloir
 - Percevoir la Santé en tout, partout
- Se départir des « atours » et « ca-rapaces » pour s'installer dans la confiance
- Traverser les paroles mentales pour aller plus loin et se connecter à notre Nature essentielle



Intervenants :

Patrick Roumat (sophrologue)
Isabelle JONO (Psychologue)

RESERVER





CONCEPT



Isabelle Jono
Psychologue Clinicienne - Psychothérapeute

**"La Santé est notre pleine potentialité.
Elle est inhérente à la Vie."**

Le Grand Héron ou héron bleu est un animal Totem qui invite à découvrir notre propre vérité, à s'ouvrir vers une connaissance profonde de soi et à révéler la créativité qui est en chacun et qui est inhérente à la vie.

Il représente la patience, la persévérance et le courage face à l'adversité.

Il nous invite à sortir des « sentiers battus » avec sobriété, à nous faire reconnaître et emprunter le chemin qui sera juste et bon pour soi.

Avec sa longue patte toujours stable au repos, dans le miroir de l'eau, il nous fait regarder notre vision et perception souvent brouillée et négative de nous-même avec lucidité et bienveillance.

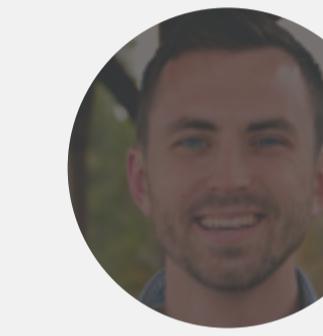
Et quand il prend son envol, il déploie ses larges ailes bleues, plus grandes que celles de tous les autres oiseaux et disparaît à la vue au-delà des nuages..





INTERVENANTS

Les Intervenants



Actuellement, je transmets via des consultations, toutes ces connaissances, à toute personne désireuse de prendre sa santé en main par des moyens naturels afin de soutenir le corps pour maintenir ou retrouver l'ÉQUILIBRE !

Laurence Libert

Nutritionniste, Naturopathe, Aromathérapeute.



CONTACT

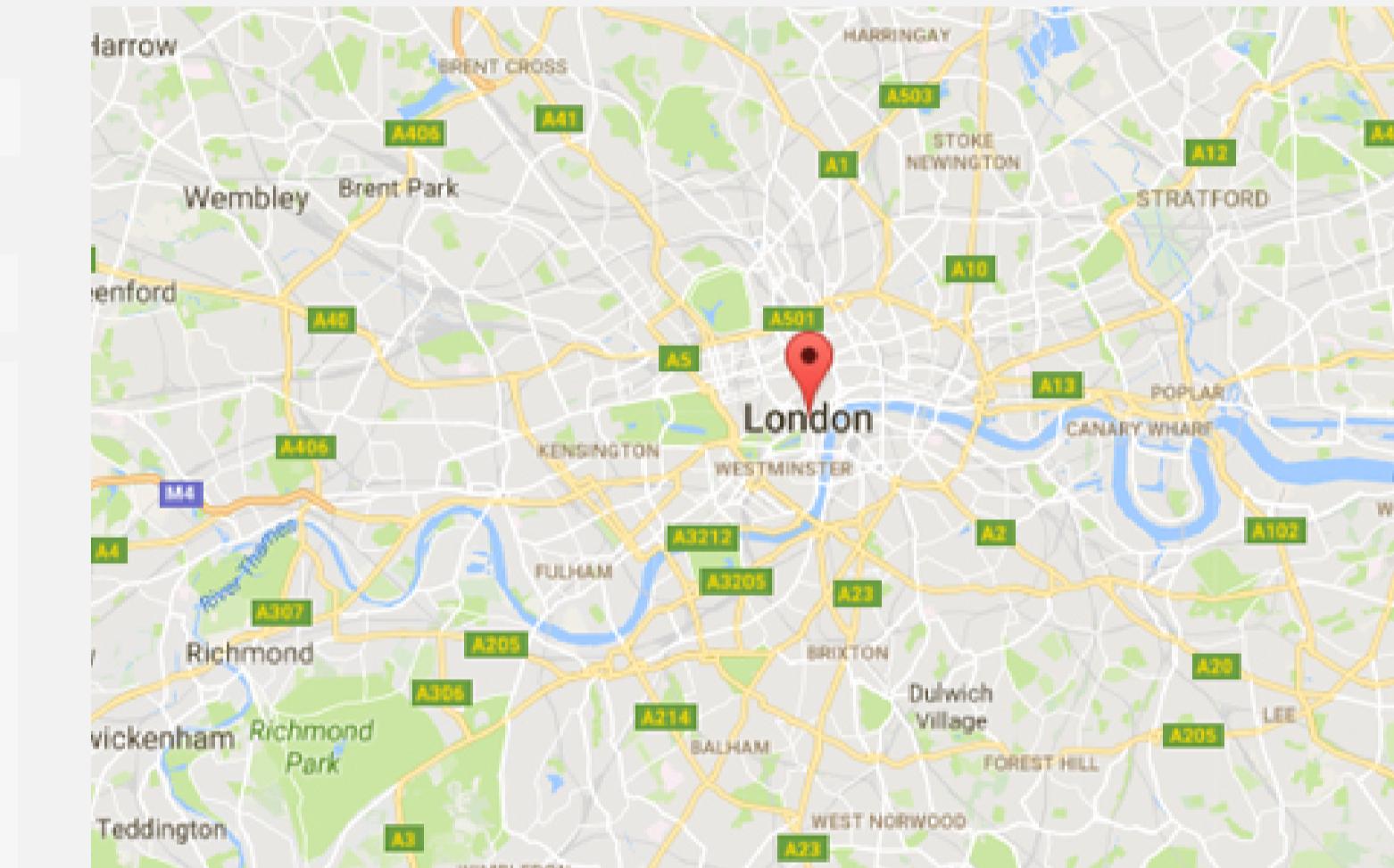
Contact

Nom Prénom

E mail

Message

ENVOYER



Résidence "l'orée du Parc"
3 avenue du Coulet, Apt 5
33470 Le Teich



ateliers.héronbleu@gmail.com 06 28 01 06 59





CONTACT

23:08

25°C

TUESDAY
APRIL 7TH

Atelier 1



JAN	FEB	MAR	APRIL	MAY	JUN	JUL	AUG	SEP	OCT	NOV	DEC
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN					
30	31	1	2	3	4	5					
6	7	8	9	10	11	12					
13	14	15	16	17	18	19					
20	21	22	23	24	25	26					
27	28	29	30	1	2	3					



ATELIERS



«Cesser de faire, Réapprendre à être » 16 Juin 2018

Programme :

Partage de la journée avec nous :

- Déposer nos valises remplies d'objets et d'objectifs pour apprécier l'instant
- « Céder nos liens » au Faire et se rendre sensible et présent à soi-même autrement
- S'affranchir des constructions mentales figées et des représentations « enfermantes » sur l'utile et le nécessaire
- Ouvrir notre espace/temps à une dimension plus vaste que son « quant à soi »
- Se laisser surprendre et percevoir par la Nature
- Accorder du temps au Silence
- Accepter de ne pas pouvoir, savoir ni vouloir
- Eclaircir notre chemin parsemé d'attentes insatiables et inappropriées par rapport à nos besoins réels
- Cesser de « courir après tout » et marcher sur le sentier de la vie avec la conscience qu'il n'y a « rien à perdre »
- Percevoir la Santé en tout, partout
- Se départir des « atours » et « ca-rapaces » pour s'installer dans la confiance
- Traverser les paroles mentales pour aller plus loin et se connecter à notre Nature essentielle

Le Chemin :

En chemin, vous trouverez :

- Des temps d'échanges autour du vécu individuel et des motivations
- Une « marche consciente » sur le sentier du parc Ornithologique du Teich
<http://www.reserve-ornithologique-du-teich.com/>
- Des moments de partage gratuits, simples et conviviaux (autour du petit déjeuner, d'une soupe ou fruits de saison)
- Des « retours ou feed-back » après exercices pratiques (4 pratiques en sophrologie autour de la Détente - Relaxation et Respiration)

Intervenants :

Patrick Roumat (sophrologue)
Isabelle JONO (Psychologue)

[RESERVER](#)

«Cesser de faire, Réapprendre à être » 16 Juin 2018



Programme :

- « Céder nos liens » au Faire et se rendre sensible et présent à soi-même autrement
- S'affranchir des constructions mentales figées et des représentations « enfermantes » sur l'utile et le nécessaire
- Ouvrir notre espace/temps à une dimension plus vaste que son « quant à soi »
- Se laisser surprendre et percevoir par la Nature
- Accorder du temps au Silence
- Accepter de ne pas pouvoir, savoir ni vouloir
- Percevoir la Santé en tout, partout
- Se départir des « atours » et « ca-rapaces » pour s'installer dans la confiance
- Traverser les paroles mentales pour aller plus loin et se connecter à notre Nature essentielle



Intervenants :

Patrick Roumat (sophrologue)
Isabelle JONO (Psychologue)

