

Voyages intérieurs 2024

Respiration holotropique

Souffle, musique, art-thérapie, conscience du corps



- Venez vivre une expérience profonde pour :
- amener les changements positifs dans votre vie
 - accéder à une plus grande vitalité et liberté intérieure
 - prendre soin de la relation à vous-même
 - vous libérer des mécanismes limitants
 - et plus encore...

Samedi 2 mars
Samedi 29 juin
Lyon - Fontaines sur Saône (69)

Florence Suaton : Psychopraticienne Transpersonnelle - Thérapeute du couple
Respiration holotropique - Relaxologue - Formatrice en
Développement Personnel - Professeure de yoga
Superviseure pour Praticiens de la relation d'aide
06 19 08 80 60 - florence.suaton@wanadoo.fr -
www.liens-vivants.com Membre du syndicat professionnel FF2P



Victor Harmant : Psychologue - Psychothérapeute
Praticien EMDR Europe - Respiration Holotropique
Formateur et superviseur
Chargé de cours à l'Ecole de Psychologues Praticiens
06 26 38 13 68 - victorharmant@hotmail.fr
www.psychologue-fontaines-sur-saone.fr



VOICI une puissante méthode d'exploration de soi et de transformation

intérieure fondée sur une **relaxation profonde, une respiration accélérée, des musiques évocatrices et un travail corporel spécifique d'accompagnement.**

La Respiration holotropique prend sa source dans la découverte du **pouvoir guérisseur des états élargis de conscience**, tels que le Docteur Stanislaw GROF et sa femme Christina, psychiatre, chercheur, érudit, expert international l'ont mis en évidence depuis plus de 50 ans grâce à leurs nombreux travaux de recherche.

En élevant les niveaux d'énergie physique et psychique, la respiration accélérée associée à des musiques évocatrices, active l'inconscient et les mémoires du corps, et **donne accès à tous les niveaux de l'être** : domaines biographique (histoire personnelle), périnatal (lié à la naissance), et transpersonnel (au-delà de notre histoire personnelle, accès à plus grand et plus vaste que nous-mêmes).

Il est possible de vivre des **expériences particulièrement transformatrices et libératrices** au niveau physique, émotionnel, affectif et spirituel.

Ce travail individuel au sein d'un groupe se déroule dans un cadre bienveillant, **sécurisé et protecteur** propice à la transformation intérieure.

Au cours du stage, **danse, mouvements corporels, dessins, réalisation de mandalas et parole** favorisent l'élaboration et l'intégration de l'expérience de chacun. Ainsi **un chemin d'ouverture, de créativité et de joie d'être peut se vivre.**

Informations Inscription

Pour les personnes que nous n'accompagnons pas en thérapie, un entretien préalable est obligatoire avant toute inscription ainsi qu'un entretien d'intégration 2 semaines après le stage.

- **Tarif** : 130 € la journée + 50€ (si entretiens préalable et d'intégration 2 semaines plus tard)

- Accueil à partir de 9h. Début du stage 9h30, Fin du stage 19h.

- Prévoir une **tenue souple et d'apporter un coussin, une couverture, son repas de midi.** Possibilité de pique-niquer en bord de Saône à 5 minutes à pied selon la météo et le programme de la journée.

- **Lieu** : Atelier de Carole 36 Rue Pierre Bouvier,
69270 Fontaines-sur-Saône -

A 20 minutes du centre de Lyon en voiture ; Bus 33,70,77,40,43

BULLETIN D'INSCRIPTION

A remplir et à envoyer à

Florence Suaton (28 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône)
accompagné des arrhes

Les arrhes seront encaissés en cas d'annulation moins d'une semaine avant le stage.

Nom : Prénom :

Sexe : Né(e) le : Profession :

Adresse complète :

Téléphone personnel professionnel :

Portable : E-mail :

Je m'inscris pour le (indiquez la date concernée) :

Montant du stage :130 €

Entretiens préalable et d'intégration :50€

(seulement pour les personnes non en thérapie avec les animateurs)

△ Arrhes à verser avec l'inscription (seront encaissés en cas d'annulation 2 semaines avant le stage)100 €

Solde à régler le jour du stage :30€ / 80€

△ Règlement de la totalité :130€ / 180€

Je soussigné(e) certifie que je ne présente aucune des contre-indications suivantes : problème cardiovasculaire, hypertension, épilepsie, pathologie psychiatrique, glaucome, grossesse, intervention chirurgicale récente.

A Le Signature :

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »