

salon zen

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET BIEN-ÊTRE

29 sept. 3 oct. 2011

Espace Champerret • Paris 17^e

Dossier de presse

Août 2011

Contacts presse :

Stéphane Barthélémi – Fabienne Frédal
AB3C – 34, rue de l'Arcade – 75008 Paris

Tél. 01 53 30 74 00 – e-mail : stephane@ab3c.com

Sommaire

Infos pratiques Salon Zen 2011	p.03
Les exposants Salon Zen 2011	p.04
Les modernités	p.05
Cinq philosophes nous parlent du temps	
Modernités et travail	p.07
Réapprendre le management	
Améliorer sa vie au travail	
La méditation au travail	
Les modernités du relationnel	p.08
L'ennéagramme	
Le coaching	
Les chemins intérieurs	
La médiation	
Le stress, mal moderne	p.09
Les bienfaits de l'hypoxie	
L'hirudothérapie	
Le shiatsu thaï'za zen	
La psychologie biodynamique	
Se rééquilibrer par la danse africaine d'ancrage	
D'autres techniques pour retrouver son équilibre	
Le rire	
Les plantes anti-stress	
Les modernités au quotidien	p.11
Contre l'électromagnétisme	
Réduire et effacer les outrages du temps	
Les modernités de demain	p.13
Le quotidien version écolo	
Trouver sa voie en changeant de travail	
Je prends soin de moi	
Je me fais belle et je me fais beau	
La méditation	p.15
Cycle des conférences Salon Zen 2011	p.16
Ateliers conférences Salon Zen 2011	p.20
Cours pratiques Salon Zen 2011	p.25

Infos pratiques

Salon Zen 2011

Événement	Salon Zen - Développement personnel et bien-être 24e édition
Dates	du 29 septembre au 3 octobre 2011
Horaires	11h - 19h Nocturne 21h, le vendredi 30 septembre
Lieu	Espace Champerret - Paris 17e
Accès	Métro : Porte de Champerret ou Louise Michel (ligne 3) Bus : 84 - 92 - 93 - 163 - 164 - 165 - PC Voiture : Parking payant Champerret / Yser SNCF : Fichets de réduction (-20 %) sur demande
Prix d'entrée	8 € (donnant accès aux stands, conférences, ateliers conférences, sauf cours pratiques 2 €). Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans, chômeurs, RMIstes, invalides, étudiants.
Organisation	SPAS Organisation 160 bis, rue de Paris - 92100 Boulogne Billancourt Tél. 01 45 56 09 09 - Fax. 01 44 18 99 00 contact@salon-zen.fr
Relations presse	Stéphane Barthélémi - Annie Blin - AB3C 34, rue de l'Arcade - 75008 Paris Tél. 01 53 30 74 00 - Fax. 01 53 30 74 09 stephane@ab3c.com

www.salon-zen.fr

les exposants

Salon Zen 2011

SE CONNAÎTRE, SE LIBÉRER

Psychothérapies, hypnose, rebirthing, thérapies comportementales, PNL, coaching, analyse transactionnelle, médiation familiale, psychogénéalogie, constellations familiales, méditation, relaxation, sophrologie, techniques psycho-corporelles, gestalt, développement de la créativité...

EQUILIBRER SES ÉNERGIES, DÉNOUER SES TENSIONS

Feldenkrais, yoga, qi gong, taïchi, réflexologies, massages orientaux...

OPTIMISER SA SANTÉ

Médecine chinoise, médecine ayurvédique, naturopathie, aromathérapie, phytothérapie, élixirs, luminothérapie, compléments nutritionnels, alimentation bio et ustensiles...

TROUVER UNE FORMATION PROFESSIONNELLE

Naturopathie, médecine chinoise, kinésiologie, réflexologies, sophrologie, coaching, psychothérapies, massages, feng shui...

RÉVÉLER SA BEAUTÉ

Cosmétiques naturels et bio, soins du cheveu, instituts de beauté, centres de remise en forme, centres de minceur, massages de bien-être, relooking, soins anti-âge...

HARMONISER SON HABITAT

Mobiliers polarisés, écologiques, literie, géobiologie, Feng shui, déco et art "zen", écoproduits...

OFFRIR OU S'OFFRIR...

Livres, CD, DVD, jeux de développement personnel, vêtements en matières naturelles et bio, chaussures, bijoux, objets d'art et de déco, encens, fontaines, bougies, minéraux et cristaux, gongs, carillons et bols tibétains, art du thé...

Les modernités

Du 29 septembre au 3 octobre 2011, à l'Espace Champerret, la 24^{ème} édition du salon ZEN se penche sur les modernités et apporte toutes les clés pour réapprendre à lâcher prise, utiliser à bon escient l'apport de la modernité afin de gagner en efficacité... et en bien-être !

15 conférences, 180 ateliers-conférences en accès libre, 35 cours pratiques (participation : 2€), l'Espace Jeux de développement personnel, un nouvel Espace Méditation, proposeront méthodes, thérapies, objets pour vivre la modernité en mode ZEN. Sans oublier les concerts et les animations en plein air.

CINQ PHILOSOPHES NOUS PARLENT DU TEMPS

Les progrès technologiques censés accroître la productivité et la rapidité ont eu pour effet d'augmenter stress, burn out, culpabilité et déception. Souvent démunis face à cette réduction de l'espace temps, nous sommes nombreux à ne pas trouver l'équilibre idéal entre le temps quotidien et le temps pour soi. Comment vivre en harmonie avec le temps qui nous est imparti ? Dans le cadre des « Midis » du Salon Zen, cinq philosophes et essayistes s'interrogeront sur le temps.

JEUDI 29 SEPTEMBRE - 12h

LA GENESE DU TEMPS

Notre perception du temps est très personnelle et aléatoire, et dépend de notre culture. Le temps préhistorique, cyclique, sans histoire, est vécu par l'humanité dans la révérence, la crainte et la gratitude envers la Déesse Blanche, la déesse Mère, Gaia.

Chez les Sumériens, Gilgamesh invente l'histoire avec la création d'empires par la guerre, l'écriture et le théâtre. Son histoire est devenue la Genèse de la Bible, et va, en deux mille ans, devenir la base du système dominant sur la Terre.

Nous avons au cours des âges perdu l'usage de certains moyens de perception, ce qui nous empêche de briser les chaînes d'un déni intérieur virulent quant à notre place dans la trame de la vie. Pouvons-nous réveiller ces moyens de perception, renouer avec notre ancêtre de l'ère de la Déesse, qui a perduré 400 fois plus longtemps que nous sans épuiser les ressources biosphériques ? Saurons-nous allier ces perceptions avec celles acquises par l'essor technologique afin que la Vie elle-même ne nous fasse défaut au moment même où nous avons le pouvoir de l'emmener sur Mars ?

Marie-Angel CHEVRIER, écologiste humaine (a travaillé à la création Biosphère 2), éco-technicienne (régénération des terres) dans les zones semi-arides (Australie et Afrique) et en Angleterre, et guérisseuse.

VENDREDI 30 SEPTEMBRE - 12h

ELOGE DE LA VITESSE

Et si le vrai fossé social n'était pas tant celui qui oppose les riches aux pauvres, les patrons aux salariés, mais celui qui s'est installé depuis plusieurs décennies entre la génération du baby boom, bénie des dieux, et les générations qui l'ont suivie ? Rafik Smati explore dans cet essai notre rapport au temps, clef essentielle pour lui de cet affrontement générationnel.

Car tout va de plus en plus vite, et les baby boomers se retrouvent plus que jamais démunis devant cette accélération. Les jeunes générations, fréquemment décrites comme incultes, n'ont quant à elles connu le monde qu'avec l'Internet et les téléphones portables, et sont parfaitement armées pour ce monde de vitesse et de mouvement. C'est donc à une nouvelle perception de l'accélération du temps, porteuse de grandes potentialités créatrices et de la prise de pouvoir d'une nouvelle génération, que nous invite Rafik Smati.

Rafik SMATI, chef d'entreprise, auteur de « Eloge de la vitesse - La revanche de la génération texto » (éd. Eyrolles, 2011) et de « Vers un capitalisme féminin » (éd. Eyrolles, 2010).

SAMEDI 1ER OCTOBRE - 12h

LA MEDITATION PHILOSOPHIQUE, L'APPRENTISSAGE DU TEMPS

Les exercices spirituels que pratiquaient les Grecs Anciens sont la mise en œuvre de pratiques, de techniques dont le but est d'effectuer une transformation profonde du moi. Parmi eux, la méditation occupe une place considérable. Le terme « méditation » prend sa source dans *melête*, « s'exercer », « philosophie », dans *philosophia*, qui signifie « l'amour de la sagesse ».

Notre ambition sera de comprendre comment il est possible de s'exercer à aimer la sagesse. Pour cela, nous nous arrêterons sur ce qu'est la méditation philosophique, en quoi elle est une manière de vivre, de se comporter. Nous veillerons à observer et à comprendre les méditations qui ont pu être pratiquées par les philosophes stoïciens, épicuriens, cyniques... Tout en nous demandant en quoi celles-ci peuvent aujourd'hui nous être utiles.

Xavier PAVIE, philosophe, diplômé de sciences de gestion et de philosophie, chercheur à l'ESSEC et Directeur exécutif de l'Institut ISIS. Spécialiste des exercices spirituels, il est l'auteur de plusieurs ouvrages, notamment « La Méditation Philosophique » (éd. Eyrolles, 2010) et « L'Apprentissage de Soi » (éd. Eyrolles, 2009).

DIMANCHE 2 OCTOBRE - 12h

LE TEMPS DU DESIR : ET SI LE TEMPS ETAIT NOTRE PLUS INTIME CREATION ?

Comment guérir de notre allergie au désir, cette impatience insupportable de consommer la jouissance qu'il promet plutôt que de savourer la tension intense ? Plus aucun espace n'est dédié à la légèreté, aujourd'hui. Plus aucun temps dédié à l'amitié, plus aucune attention portée à la création collective du sens : sur l'autel de la finance et de la poly-flexi-turbo-adaptabilité, nous gagnons notre vie en sacrifiant le temps de désirer. Une vie vide d'aventures et d'émotions autres que la bataille de carrières, où la sexualité devient un argument autopromotionnel. Le jeu, l'amour, l'art, l'imagination ou la connaissance offrent de magnifiques objets de désir, parce qu'ils induisent un plaisir dans le fait même de les viser, et non dans le seul fait de les atteindre. Il n'y a donc pas de performance en matière de désir, pas de geste plus efficace, pas de procédure optimale : au contraire, pourrait-on dire, puisque c'est en ajournant l'obtention de ce que l'on désire que l'on peut profiter de la jouissance que sa quête nous procure. La performance ressort de la volonté, autrement dit de la mainmise plus ou moins rapide, habile ou imparable sur un élément du réel que l'on tente de contrôler, de gérer, de faire sien. On s'abandonne à son désir, on lâche-prise, on se laisse passionnément transporter et transformer par lui ; mais mû par la volonté, on décide, on calcule, on dresse des plans plus ou moins rationnels, on élabore des stratégies plus ou moins paranoïaques, superficielles ou inadaptées.

Vincent CESPEDES est philosophe, essayiste, romancier et compositeur. Il s'est fait connaître par des essais sur des phénomènes de société (télé-réalité, violences urbaines, 21 avril 2002, révolution orthographique, etc.) sortant des courants dominants. Il analyse les liens unissant l'intime et le politique selon des angles variés : l'amour, le bonheur, le « mélange humain », la philosophie, la crise de la masculinité... Son champ de réflexion s'étend du travail à l'éducation, d'Internet aux politiques humaines, de la « vie intense » à l'identité « fluide », de l'onde de choc à l'« onde de charme ». Il intervient dans les grands médias, en milieu hospitalier, en prison, au Sénat ou en entreprise, ainsi que dans le monde entier. Il est éditeur chez Larousse et créateur du premier « tarot philosophique » (Le Jeu du Phénix, Flammarion, sortie prévue le 12 octobre 2011) autour du plaisir de philosopher.

LUNDI 3 OCTOBRE - 12h

TROP VITE !

La vitesse est arrivée tard dans l'histoire des humains et elle les aura grisés pendant à peine 175 ans. A l'orée du 21^e siècle, le crash du Concorde a signé la fin du jeu. Désormais, la vitesse physique plafonne mais la vitesse immatérielle, celle des communications et transactions numériques nous embarque à celle de la lumière. La vitesse est morte mais l'accélération continue.

Comment vivre cette situation sans devenir fou ou s'égarer ?

Jean-Louis SERVAN-SCHREIBER est Directeur du magazine « CLÉS ». Journaliste et essayiste, il a créé ou relancé de nombreux titres dont « L'Express », « L'Expansion », « Psychologies Magazine » et maintenant « CLÉS ». Il est l'auteur d'une douzaine d'ouvrages, dont « L'Art du temps » et « Trop Vite » (2010). Depuis 2007, il est président de Human Rights Watch en France.

Modernités et travail

Dans un monde professionnel où la concurrence internationale fait rage, performance et rentabilité sont les maîtres mots. Restrictions budgétaires, agendas serrés, hausse de la charge de travail, sollicitations permanentes via e-mails et téléphones portables... Il est de plus en plus difficile d'échapper au stress et de ne pas sombrer dans le burn-out. Apprendre à gérer ses émotions, à canaliser son énergie, à devenir performant ; introduire la méditation en entreprise... sont quelques-unes des solutions présentées par le salon Zen.

REAPPRENDRE LE MANAGEMENT

• La Haute Qualité Relationnelle®

ASFOR propose des formations à l'attention des responsables RH, dirigeants... afin de les sensibiliser et les accompagner face aux risques psychosociaux. La méthode Haute Qualité Relationnelle® permet des transformations tant sur l'organisation du travail, le management, la communication et l'accompagnement au changement (identifier les facteurs de risques ; les actions à mettre en place...).

ASFOR – www.hautequaliterelationnelle.com

• Des méthodes pour les managers

Pour les managers, il est possible de rétablir la sérénité au sein de son entreprise par la Communication Non Violente, la Gouvernance Intégrale, la Communication Transformatrice, la PNL... ; de retrouver un esprit de groupe par le jeu, le théâtre... ; de développer la créativité par l'art, la musique, le journal créatif... ou le coaching pour mettre en œuvre de nouvelles orientations, améliorer ses performances.

Communication Non Violente - www.nvc-europe.org

Devouges - Conseil Coaching Global - <http://devougesconseil.free.fr>

AMD Conseil – www.amdconseil.com

Katherina Lipof Conseil et Formation - www.katherinalipof.fr

CapRésilience - www.capresilience.fr

AMELIORER SA VIE AU TRAVAIL

Les harmonisateurs Memon® sont des nouveautés technologiques permettant de libérer l'environnement des ondes informatives pathogènes. Memon® Technologie Environnementale propose ses solutions aussi bien dans le cadre professionnel que personnel.

www.memon-france.eu

Le Feng Shui permet de fluidifier, voire de vivifier la circulation de l'énergie dans l'espace professionnel par un aménagement judicieux.

Institut Européen de Feng Shui - www.feng-shui.fr / www.iefs.fr

L'Esprit Feng Shui - www.lesprit-fengshui.com

LA MEDITATION AU TRAVAIL

Améliorer sa concentration, réduire le stress, accroître sa créativité sont quelques uns des aspects positifs de la méditation. Elle entre désormais dans le cadre du travail de manière personnelle ou en groupe.

CONFERENCES

Jeudi 29 septembre - 16h

Communiquer ? De soi à soi vers l'équilibre avec la Communication Non Violente

Dr Pascale MOLHO

Samedi 1er octobre - 14h

Dépasser les conflits pour retrouver les promesses du travail

Marie PEZÉ

Samedi 1er octobre - 16h

Harcèlement et autres souffrances au travail : diagnostiquer juste et s'en sortir

Gabriella WENNUBST

ATELIERS CONFERENCES

Jeudi 29 septembre - 17h

Qu'est-ce que le Feng Shui ?

Sylvie DEODATO

Vendredi 30 septembre - 12h

La Haute Qualité Relationnelle : pour une société Zen

Christophe MEDICI

Vendredi 30 septembre - 13h

L'énergie de la communication

Katherina LIPOF

Vendredi 30 septembre - 14h

Gestion du stress en entreprise : bienfaits du Qigong, vademecum du manager performant

Joëlle LEGALL

Samedi 1^{er} octobre - 14h

Lâcher-prise pour réussir

Katherina LIPOF

Samedi 1^{er} octobre - 16h

Techniques d'hypnose pour communiquer et convaincre

Dany Dan DEBEIX et Gérald VASSELE

Lundi 3 octobre – 11h

Manifester notre potentiel positif : l'INREES interview Thierry Janssen à l'occasion de la sortie de son nouveau livre

Interview par Stéphane ALLIX

Union bouddhiste zen

Les modernités du relationnel

Aujourd'hui, nombreux sont ceux à se vanter d'avoir des centaines d'amis... qu'ils n'ont jamais vus. Le développement d'Internet et les rencontres virtuelles ont bouleversé le rapport à l'autre, faussant la donne. Rien ne remplace le contact réel avec l'autre ou la relation concrète.

Passer le pas du virtuel pour revenir à une relation saine et naturelle oblige parfois à revenir à soi pour mieux s'ouvrir. De nombreuses méthodes permettent ainsi de mieux se connaître pour renouer le dialogue avec l'autre.

L'ENNEAGRAMME

Outil de connaissance de soi et des autres, l'ennéagramme décrit neuf manières d'être, de penser, de sentir et d'agir. Cette approche globale de la personnalité permet une meilleure compréhension des motivations qui conditionnent la personnalité dans les différentes circonstances de la vie professionnelle, personnelle et sociale.

AMD Conseil - www.amdconseil.com

LE COACHING

Pour repartir du bon pied en ayant pleinement conscience de ses envies et de ses choix, le coaching peut être un bon moyen pour redéfinir ses axes de vie.

Coaching André Pitra - www.pitra-coaching.com

Capresilience Coaching et Formation - www.capresilience.fr

AMD Conseil - www.amdconseil.com

LES CHEMINS INTERIEURS

Psychothérapeute et sexologue, Gislaine Duboc a été formée aux rituels amérindiens. Elle propose notamment un atelier « le cœur du Hérisson » permettant de travailler sur le couple, l'abandon, la peur de l'autre...

www.cheminsinterieurs.com

LA MEDIATION

Malentendu, incompréhension de l'autre, peuvent mener à des relations conflictuelles pour lesquelles on ne trouve aucune issue. La médiation permet par l'intervention d'un tiers de relativiser la situation et remettre à plat les bases de la communication.

Maison de la Médiation - www.maisonmediation.fr

CONFERENCES

Vendredi 30 septembre - 16h

Les relations parents/enfants : enjeux et conséquences sur le devenir de la société
Véronique MORALDI

Lundi 3 octobre - 14h

Entre archaïsme et modernité : la construction transgénérationnelle du couple et de la sexualité
Bruno CLAVIER

Lundi 3 octobre - 16h

La sexualité, source de créativité et d'expression dans le couple
Brigitte MARTEL

ATELIERS CONFERENCES

Jeudi 29 septembre - 12h

La Communication Transformatrice
Lionel SANTUCCI

Jeudi 29 septembre - 13h

Pardoner pour aller bien, une démarche personnelle qui ouvre à l'amour de soi
Bernard CHAUMEIL

Jeudi 29 septembre - 12h

Comprendre et accompagner les enfants
Armelle TROYON

Vendredi 30 septembre - 12h

L'Ennéagramme et ses potentiels
Isabelle LEGUEURLIER

Vendredi 30 septembre - 17h

Du désir amoureux à l'amour authentique
Marie-France et Emmanuel BALLETT DE COQUEREAUMONT

Samedi 1^{er} octobre - 14h

Oser dire et savoir le dire
André PITRA

Samedi 1^{er} octobre - 18h

Le couple Haute Qualité Relationnelle
Christophe MEDICI

Dimanche 2 octobre - 18h

Derrière le rideau
Marie-Lise LABONTE

Le stress, mal moderne

En créant un effort de l'organisme afin de gérer le quotidien surchargé ou trop stimulant, le stress mobilise énormément d'énergie. Le corps est pourtant capable de réguler et digérer ce stress. Le salon ZEN propose de nombreuses solutions contre ce mal du XIXe siècle.

LES BIENFAITS DE L'HYPOXIE

Unique en France, Simalti présente un concept de simulation d'altitude basé sur les bienfaits apportés par le « bon air de la montagne ». Il s'agit de recréer les conditions rencontrées en altitude, à savoir la raréfaction de l'oxygène. A l'inverse de l'oxygénothérapie, l'hypoxie ne se substitue pas à un manque d'oxygène de l'organisme, mais oblige celui-ci à être plus performant dans sa capacité à l'utiliser. Ce système apporte une amélioration du souffle et un bien être au quotidien. Qualité du sommeil, anti stress, boostant énergétique sont quelques-uns des bienfaits apportés par cette nouvelle méthode.

Simalti - www.simalti.com

L'HIRUDOTHERAPIE

Utilisé depuis l'antiquité, la thérapie par les sangsues a fait ses preuves pour de nombreux troubles. Médicament traditionnel dans la médecine chinoise, la salive de la sangsue est particulièrement efficace pour combattre le stress, détendre, procurer équilibre et bien-être à son corps.

Thérapies par les sangsues – Médecine chinoise Suzanne Kornreich

LE SHIATSU THAÏ'ZA ZEN

Shiatsu Thaï'za zen propose des techniques orientales variées et adaptées à ses besoins, relaxantes et tonifiantes. Elles visent avant tout à harmoniser les flux énergétiques et sanguins dans l'ensemble du corps, apaisant les tensions musculaires et les maux divers.

Shiatsu Thaï'za zen - www.shiatsu-thai-zen.com

LA PSYCHOLOGIE BIODYNAMIQUE

L'organisme a par nature la capacité à réagir : digérer les émotions mêmes sévères et résoudre les problèmes qui en résultent. La perte de cette capacité conduit à l'accumulation des émotions refoulées ou non résolues provoquant stress, symptômes névrotiques somatiques ou caractériels. Avec des techniques de mouvements et des massages de bio-intégration, la Psychologie Biodynamique permet au corps de restaurer cette capacité d'auto-régulation des émotions et à l'être profond de se redéployer.

Ecole Biodynamique - www.psychologie-biodynamique.com

SE REEQUILIBRER PAR LA DANSE AFRICAINE D'ANCRAGE

Par le mouvement et la conscience du mouvement, l'inspire et l'expire, le ressenti et l'intention du mouvement, la danse africaine d'ancrage permet de rééquilibrer son corps et son esprit et de se repositionner dans son environnement terrestre et spirituel.

Elima a mis au point une méthode à partir de la danse africaine : le Longo « l'Ancre ». Cette thérapie par la danse africaine donne à l'individu les outils pour s'ancrer à l'intérieur de soi et avoir ainsi une meilleure connaissance de son être.

Longo danse africaine d'ancrage – www.elimadm.com

ATELIERS CONFERENCES

Jeudi 29 septembre - 16h

Echec à l'insomnie et à l'angoisse

Chantal DARGÈRE

Samedi 1^{er} octobre - 17h

De la gestion du stress au plaisir de vivre

Dr Marie-Claude ROMIEU-VUILLET

Dimanche 2 octobre - 17h

Mieux gérer ses émotions et son bien-être avec les oligo-éléments

Dr Marie-Claude ROMIEU-VUILLET

Dimanche 2 octobre - 17h

Tipi : désactiver ses peurs

Luc NICON

Lundi 3 octobre - 12h

Le shiatsu, un outil contre le stress au travail

André NAHUM

Lundi 3 octobre - 13h

L'altitude simulée pour combattre les effets du stress sur le métabolisme

Frédéric GAZEAU

D'AUTRES TECHNIQUES POUR RETROUVER SON EQUILIBRE

Différentes méthodes permettent de recanaliser ses énergies et retrouver ainsi une véritable sérénité : les exercices physiques (taï chi, yoga, qi gong, feldenkrais, Kung Fu wushu...), le massage (réflexologie, shiatsu, massage ayurvédique, thaï, méthode Rosen...), la relaxation, la méditation, la sophrologie...

Méthode Feldenkrais - www.feldenkrais-france.org

Centre Génération Tao - www.generation-tao.com

Akordance® - www.akordance.com

Réflexologie Energétique Sensitive - www.reflexologie-res.odavia.com

Iokai Shiatsu Paris - www.iokaishiatsufrance.fr

Ecole de Shiatsu André Nahum - www.shiatsu.fr

Institut Rosen - <http://methode.rosen.free.fr>

LE RIRE

Véritable créateur d'énergies positives, le rire permet de relâcher le stress. L'Ecole Ananda propose des stages pour user du rire et se délester ainsi des tensions et pressions du quotidien.

Ecole Ananda - <http://ecoleananda.over-blog.com>

LES PLANTES ANTI-STRESS

Aubépine, éleuthérocoque, marjolaine, gomphrena... participent à réduire l'irritabilité ou les troubles nerveux. Leurs bienfaits se retrouvent concentrés en gélule, en poudre, en jus de fruit ou en huiles essentielles.

Fructivia – fructivia.fr

Florame - www.florame.com

Sevessence - www.sevessence.com

Guayapi – www.guayapi.com

Les modernités au quotidien

Vivre la modernité au quotidien semble de plus en plus éprouvant. Entre stress, pollution, énervement, le corps et l'esprit sont mis à rude épreuve. Le temps n'est pas en reste puisqu'avec l'âge viennent certains maux qu'il est cependant possible d'atténuer. Méthodes, pratiques sportives et plantes peuvent apporter des solutions à ces maux quotidiens.

CONTRE L'ELECTROMAGNETISME

VOILAGE NATUR'ONDE

Origine commercialise les voilages Natur'Onde conçus pour assurer la diminution des champs électromagnétiques dans l'habitat. Ces voilages sont une association unique entre des fils techniques exclusifs, de haute performance textile et des fibres (coton et lin) respectueuses de l'environnement, certifiées issues de l'agriculture biologique. Agissant comme un miroir vis-à-vis des ondes électromagnétiques, il permet une atténuation performante* des ondes émises par les antennes relais téléphoniques, la téléphonie mobile, Wifi et Bluetooth, la téléphonie sans fil, les antennes de télédiffusion ou les câbles électriques.

* Certifié par le laboratoire EMITECH de Lyon, accrédité COFRAC et spécialiste reconnu dans les mesures de pollutions électromagnétiques.

Origine - www.universorigine.fr

LA SHUNGITE

La shungite, est une roche constituée il y a plus de 2 milliards d'années à partir d'organismes vivants unicellulaires. Cette pierre possède de nombreuses propriétés telles que : neutraliser l'impact des rayonnements électromagnétiques ; stimuler le premier chakra (porte d'accès de l'énergie vitale) ; densifier le champ vital ou encore aider le corps énergétique à corriger instantanément les influences déséquilibrantes.

Contrairement à toutes les autres pierres et cristaux, la shungite a la capacité unique de ne jamais se charger négativement.

Rayon Magenta dispense des stages (grand public et professionnel) pour découvrir les propriétés de la shungite.

**Shungite.fr – www.shungite.fr
Rayon Magenta – www.rayonmagenta.fr**

CONTRE LES ONDES EMISES PAR LA TELEPHONIE MOBILE

La téléphonie mobile génère des basses fréquences (ELF) et des micro-ondes. Cette pollution électromagnétique agit directement sur l'ADN-ARN et provoque des fragmentations de la structure même de l'ADN. Elle agit également sur la perméabilité des membranes et la conformation moléculaire pouvant générer des problèmes de santé. Différentes solutions sont proposées sur le salon ZEN alliant facilité d'équipement et protection contre ces pollutions.

**Memon technologie - www.memon-france.eu
Megaprotect phone - www.mega-protect-phone.com
Air-Innovation Eau & Ondes - www.ewall.fr**

ATELIERS CONFERENCES

Jeudi 29 septembre - 13h
La révolution des énergies libres
Maxence Layet

Vendredi 30 septembre - 18h
Le label Conscience et Action : co-création collective des métiers, des entreprises, des lieux de vie de demain
Dominique LUSSAN

Samedi 1er octobre - 13h
La shungite, énergie de vie
Régina MARTINO

Dimanche 2 octobre - 16h
Pollutions dans l'habitat : telluriques et électromagnétiques
Jean-Jacques BRELUZEAU

REDUIRE ET EFFACER LES OUTRAGES DU TEMPS

LA LUMIERE PULSEE

Le photo-rajeunissement offre une solution haute performance pour lutter contre les signes du vieillissement et les imperfections cutanées. Différents soins permettent de réduire les taches, unifier le teint ou traiter les rides et ridules.

Physiomins Paris 15^{ème} - www.centres-physiomins.com

REFLEXOLIFTING

Le réflexolifting allie techniques d'avant-garde et connaissances millénaires mises en pratique d'une manière simple et cohérente. Conçu de manière à ce que chacun puisse utiliser à sa façon les différentes techniques, le réflexolifting propose un véritable outil propice à la mise en place d'un protocole anti-aging et anti-stress global efficace.

Académie de réflexolifting - <http://reflexolifting.over-blog.com>

LE SKEEN PATCH

Technologie moderne appliquant la bio-stimulation électrique anti-âge, le skeen patch est doté d'un programme sophistiqué et unique de micro-courant à triple variable. Il est spécifiquement destiné à stimuler l'ensemble des mécanismes de régénération cellulaire. Il permet ainsi d'activer la synthèse du collagène et de l'élastine pour réparer, restructurer la jonction dermo-épidermique restaurant la densité, l'élasticité et la tonicité de la peau du visage et du cou. Le traitement de bio-stimulation anti-âge est une technique soft et unique par sa grande efficacité et sa simplicité d'utilisation.

I.Management - www.antiageing-concept.com

L'ACEROLA

Grâce à sa haute teneur en vitamine C, l'acérola, cerise d'Amazonie, est un parfait anti-oxydant et anti-âge 100% naturel.

Guayapi – www.guayapi.com

LA GEMMOTHERAPIE CONTRE L'OSTEOPOROSE

La gemmothérapie utilise les plantes sous forme embryonnaire (bourgeons, jeunes pousses d'arbres et d'arbustes...) mélangées à de l'eau, de l'alcool et de la glycérine pour créer un macérat. Parmi ces plantes, les jeunes pousses de ronce, de séquoia, les bourgeons de pin et de bouleau, permettent de reminéraliser l'organisme et d'améliorer la souplesse des articulations.

Naturoconcept - www.naturoconcept.com

Herboristerie du Palais Royal - www.herboristerie.com

LES COSMETIQUES NATURELLES ET BIO

Associant les bienfaits et les vertus des plantes, la cosmétologie naturelle et bio propose de nombreux produits participant au maintien de la peau du visage et du corps : gamme de soins visage et corps (Florame) ; crème de nuit au Baume des Mayas (Janine Benoit) ; crème anti-rides au borojo (Guayapi) ; huile visage rosae (Paradesa), crème hydratante anti-âge bio à l'argousier (Flore Alpes) ; crème au collagène marin (Gorgona Beauté Marine) ; collagène naturel...

Florame – www.florame.com

Janine Benoit Sampère / Les herbes d'oliva - www.janine-benoit.com

Guayapi – [guayapi.com](http://www.guayapi.com)

Paradesa – www.paradesa.fr

Flore Alpes - www.argousier.com

Gorgona Beauté Marine – www.gorgona.fr

Les modernités de demain

Et si demain le monde se faisait plus doux ? Respecter l'environnement qui nous entoure, reprendre sa vie en main en trouvant une voie sereine prendre soin de son corps et de son esprit, les modernités de demain se concentre sur une vie meilleure, dynamique et optimiste. Le salon Zen propose des idées, techniques et méthodes pour se créer un lendemain qui chante.

LE QUOTIDIEN VERSION ECOLO

Rouler à l'électricité, utiliser des produits de décoration non polluants, s'équiper d'objets à la fois utile et design usant des énergies renouvelables, les inventeurs ont de beaux jours devant eux. Pour ceux qui souhaitent s'investir un peu plus dans cette démarche, le salon ZEN présente de nombreuses innovations et des produits ingénieux.

LES VEHICULES ELECTRIQUES D'ELECTRIC PREMIUM

Electric Premium contribue à améliorer le quotidien avec des véhicules non polluants, sûrs, économiques, pratiques et sans bruit, pour les particuliers et les entreprises. En version loisirs, il propose toute une gamme de véhicules électriques en 2 ou 4 places (100 km d'autonomie, 7 h de recharge sur une simple prise électrique en version avec ou sans permis) mais également des scooters et tricycle. En version entreprise, il propose fourgon simple, isotherme ou benne ainsi que des pick up, (en 2 places, autonomie moyenne de 50 km).

Pour les parisiens, Electric Premium vient juste de lancer un nouveau département location : Electric Premium Rental.

Electric Premium - www.electricpremium.com - www.locationvehiculeelectriqueparis.com

LES EQUIPEMENTS QUOTIDIENS EN VERSION DURABLE

1001 Innovations réunit de nombreux produits innovants respectant les dernières tendances écologiques : produits à énergie solaire, énergie à eau, lampes LED...

Du chargeur solaire pour téléphones mobiles au réveil fonctionnant à l'eau, de l'agrafeuse « sans agrafe » au haut-parleur écologique en carton, 1001 innovations n'en finit pas de réunir des produits de la vie quotidienne en version écologique et développement durable.

1001 Innovations - www.1001innovations.com

Jardins animés, déjà spécialiste du jardin bio, lance une nouvelle gamme écologique de peintures et produits de rénovation de l'habitat, d'origine naturelle, sans odeurs ni dégagement toxique, destinée aux particuliers et petites entreprises locales pour un habitat sain à long terme.

« Peintures animées » de Si j'avais un jardin - www.jardins-animes.com

TROUVER SA VOIE EN CHANGEANT DE TRAVAIL

Faire son bilan de compétences n'est pas remettre en cause ce que l'on a fait de sa vie, mais utiliser différemment toutes les ressources et les connaissances que l'on possède pour découvrir de nouvelles voies. Sur le salon Zen, de nombreuses propositions sont réunies pour réaliser ce bilan mais également pour booster sa réorientation professionnelle.

**AMD Conseil Coaching - www.amdconseil.com
Coaching André Pitra - www.pitra-coaching.com**

CONFERENCES

Jeudi 29 septembre

Le lâcher prise, une sagesse à redécouvrir

Paul-Henri PION

ATELIERS CONFERENCES

Jeudi 29 septembre - 14h

Santé et bien-être thermal

Elisabeth BRETON

Jeudi 29 septembre - 15h

Plaisir, santé et forme avec les oligo-éléments

Dr Marie-Claude ROMIEU-VUILLET

Vendredi 30 septembre - 18h

Le label Conscience et Action : co-création collective des métiers, des entreprises, des lieux de vie de demain

Dominique LUSSAN

Dimanche 2 octobre - 15h

Addictions et hypno-anesthésie. Mincir sans privation, vaincre le tabac

Dany Dan DEBEIX et Bruno GOMEZ

JE PRENDS SOIN DE MOI

ACCOMPAGNER SON CORPS ET SON ESPRIT

La modernité, c'est également préparer son futur et permettre à son corps d'être au meilleur de sa forme. De nombreuses pratiques permettent ainsi d'entretenir son corps et lui conserver le plus longtemps possible tout son tonus et sa vitalité (yoga, Feldenkrais, danse biodynamique...).

DES PRODUITS NATURELS POUR RENFORCER SON CORPS

• Le silice de prêle

La silice de prêle est un silicium organique d'origine naturelle et végétale, issu de la prêle. Les propriétés de la silice sont multiples puisqu'elle contribue entre autre au maintien des os et de la peau en bonne santé, elle agit efficacement sur les défenses immunitaires, soutient les fonctions drainantes, agit sur les performances cérébrales...

Silice de prêle® - www.silicedeprele.fr

• Le collagène marin

Composant essentiel de l'organisme, le collagène est présent dans 25 à 30 % du tissu conjonctif. Le collagène marin est une solution naturelle répondant aux carences en collagène notamment dans le cadre des rhumatismes.

Valorimer - www.valorimer.com

JE PRENDS SOIN DE MES DENTS

La zircone est un oxyde issu du minerai zirconium. Aux propriétés incroyables tant de résistance que de flexibilité, la zircone est utilisée comme implant dentaire avec une biocompatibilité de 100 %. Dentalbio informe le public et commercialise des implants à l'attention des dentistes.

Dentalbio - www.dentalbio.eu

J'ARRETE DE FUMER

D'autre part, les outrages du tabac n'étant plus à démontrer, le salon ZEN présente des méthodes pouvant être efficaces pour ceux qui souhaitent en finir avec le tabac telle que l'**hypnose**, mais également de nombreux **produits naturels** à base de plantes (lobélie, millepertuis, avoine...), pour lutter au quotidien contre l'envie de fumer (bonbons chez Asiéco Ginseng, composition d'huiles essentielles chez Florame...).

Cessez de fumer sans efforts / Ecole centrale d'hypnose - www.ecole-centrale-hypnose.fr

Arrêter la cigarette en 1 séance / Gaetan Klein - www.hypnose-anti-tabac.com

Asiéco-Ginseng - www.asieco.com

Florame – www.florame.com

JE ME FAIS BELLE ET JE ME FAIS BEAU

En ces périodes un peu difficiles, il est réjouissant de se faire plaisir tout en apportant une touche d'embellissement à sa tenue. Le bijou est alors la parure indispensable. Qu'il soit en pierre précieuse, semi-précieuse, en cristal, en ambre, symbolique ou antimagnétique, le bijou devient attractif, permet de se sentir désirable et aide également au bien-être.

Ambre & Bien-être - www.bio-ambra.com

Au cœur des pierres - www.aucoeurdespierres.com

Cristal'Essence - www.cristal-essence.fr

Llyodie Darnanville - www.llyodie-d.fr

M.M.Concept – Martial Marquis - www.martialmarquis.com

Somat - www.bijouxbienetre.com

Bijoux symboliques berbères – La Lumière de Ben - www.benazri.com

ATELIERS CONFERENCES

Jeudi 29 septembre - 16h

Protection et ancrage avec les pierres et cristaux, dans la période actuelle

Gérard CAZALS

Dimanche 2 octobre - 16h

Aider l'organisme à retrouver sa vitalité avec les pierres et cristaux

Gérard CAZALS

Lundi 3 octobre - 12h

Stress et émotions : ce que pierres et cristaux peuvent apporter

Gérard CAZALS

La méditation

Ni ascèse, ni religion, ni croyance, la méditation permet de comprendre la nature de son mental et de se détacher de la situation présente afin de retrouver sérénité et recul. La méditation est avant tout une qualité que l'on trouve au fond de soi-même et que l'on peut acquérir par différentes méthodes, permettant d'entrer en contact avec son intériorité. Face aux agressions quotidiennes et à la rapidité de la vie, la méditation permet d'acquérir le recul nécessaire à chaque situation et de retrouver une pensée et une action libérée des émotions et pensées parasites.

Le salon ZEN proposera cette année de retrouver toutes les informations concernant la méditation sur un stand spécifique avec Djong Do (Federico Procopio), moine bouddhiste zen, administrateur de l'Union bouddhiste de France.

Véritable bienfait contre le stress, la méditation entre désormais dans l'entreprise permettant aux salariés d'être plus concentrés et, de ce fait, plus efficaces. Mais la méditation ne s'arrête pas là.

Les portes des hôpitaux s'ouvrent également à elle grâce à son action dans la lutte contre la rechute dépressive ou les maladies liées au stress.

Ses bienfaits sont également utilisés en milieu carcéral où des stages de méditation sont organisés pour les prisonniers. Ses effets avérés sont une diminution des dépressions, des bagarres, une meilleure sociabilité mais aussi une prise de conscience pour les prisonniers des faits qui leurs sont reprochés, des regrets...

Dans le couple également, la méditation peut être un atout en brisant la routine quotidienne et en permettant de redonner un sens à sa vie commune.

LES MEDITATIONS

Issue du Zen, le Zazen est une méditation assise se pratiquant sur un zafu. Faire zazen c'est contrôler sa conscience à travers l'immobilité du corps et la respiration.

Dojo Zen de Paris - www.dojozenparis.com

Le Centre Kalachakra est un centre bouddhiste transmettant la philosophie bouddhiste et la pratique de la méditation dans l'école Gélougpa de la tradition tibétaine.

Centre Kalachakra - www.centre-kalachakra.com

Bhagvati Tantra propose la méditation en mouvement méthode moins ardue pour les occidentaux. Chaque mouvement réalisé sollicite attention et éveille la conscience à l'instant présent permettant de retrouver un calme intérieur, de mieux se connaître et s'initier à l'état méditatif.

Bhagvati Tantra - www.bhagvati-tantra.com

En complément du yoga, le Centre Sivananda de Yoga Vedanta propose des stages de méditation afin d'en comprendre les étapes, ses bienfaits et l'utilisation des mantras dans la méditation.

Centre Sivananda de Yoga Vedanta - www.sivananda.org/paris

LES OBJETS DE MEDITATION

Coussins de méditation, zafu, lampes, bougies, gongs et cloches, participent également à trouver un état méditatif. De nombreux ouvrages sont également proposés pour ceux qui souhaitent approfondir leur connaissance.

Chin Mudra - www.chin-mudra.com

Le Bol Chantant - www.sabda.fr

Porte-Bonheur - www.porte-bonheur.fr

Bougies flottantes réutilisables (chez RC Tendance) - www.rctendance.com

Tibet Village Gallery - www.tibet-village-gallery.com

CONFERENCE

Vendredi 30 septembre - 14h

Mal-être et conflits : la méditation comme solution aux problèmes de la société moderne

DJONG DO (Federico PROCOPIO)

Moine Bouddhiste Zen, administrateur de l'Union bouddhiste de France, philosophe et psychanalyste.

ATELIER CONFERENCE

Dimanche 2 octobre - 12h

Méditer en riant et en pleurant... ça Gai-Rit !

Aashti Tousignant

Le cycle de conférences

LES « MIDIS » DU SALON ZEN : CINQ PHILOSOPHES NOUS PARLENT DU TEMPS

Voir programme complet pages 5 et 6

LA NOCTURNE

VENDREDI 30 SEPTEMBRE

19h Concert : musiques d'éveil

CHANT HARMONIQUE ET SONS DE CRISTAL (20 min)

Véronique et Denis FARGEOT

Cathia BRAJON

CERCLE DE TAMBOURS CHAMANIKES (15 min)

Gabriel OKO

SUR LES CHEMINS DE L'ÉVEIL, MUSIQUES ET CHANTS SACRES DU MONDE (1h15)

Christophe ERARD, créateur du Centre des Musiques du Monde. Concerts, recherche et enseignement d'instruments traditionnels du monde et des techniques vocales mongole, africaine et suisse (yodel).

D'origine Suisse, Christophe Erard, débute son cheminement musical avec la guitare classique. En 1989, il commence ses voyages d'étude qui dureront régulièrement plusieurs mois et l'amèneront dans différents pays d'Afrique, en Corée du Sud, en Thaïlande, au Mexique, et en Mongolie. Tout d'abord centré sur les percussions, son apprentissage s'est ensuite tourné vers les instruments mélodiques traditionnels les plus divers.

En 1998, il crée, en Suisse, le Centre des musiques du monde qui propose une ouverture à d'autres cultures par le bief de la musique (concerts, animations et rencontres avec des musiciens traditionnels ; cours et stages ; vente et réparation d'instruments).

www.christopherard.com

LES JOURNEES THEMATIQUES

JEUDI 29 SEPTEMBRE

L'ART D'ÊTRE EN RELATION AUJOURD'HUI

14h : LE LACHER PRISE, UNE SAGESSE A REDECOUVRIR

Procéder à l'inverse des habitudes : arrêter de retenir sa colère et d'éviter sa peur, chasser le mieux de sa vie car il est l'ennemi du bien, cultiver l'imperfection, etc. Partant de l'observation de l'évolution de l'homme, Paul-Henri Pion nous guide à reconsidérer la place du travail, la notion de « bons parents », le sens du harcèlement moral ou l'appropriation de la sexualité. De là découlent des pistes pour pacifier les relations et rendre la confiance contagieuse. Une approche décapante de ce que recèle le lâcher prise comme voie de développement spirituel.

Paul-Henri PION, formé à l'Institut Gregory Bateson et au Centro di Terapia Strategica, spécialiste des thérapies brèves.

16h : COMMUNIQUER ? DE SOI A SOI VERS L'EQUILIBRE AVEC LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

« Nous avons appris à parler mais pas à communiquer », nous dit Marshall Rosenberg, créateur de la Communication Non Violente (CNV). C'est avec lui que j'ai pris conscience de la violence que nous nous infligeons à nous-mêmes, à coups de « je dois il faut, j'aurais dû, n'aurais pas dû... » et de comparaisons « je suis trop, pas assez ». Ces formes de communication engendrent mal-être, dépression, ruptures de communication à tous niveaux, diverses formes d'épuisement, dont le « burn-out ».

Basée sur l'empathie, la CNV nous permet de (re)trouver le chemin d'une relation empathique à nous-mêmes et à autrui. Il s'agit d'abord de réapprendre à tenir compte de son ressenti, de reconnaître ses besoins comme légitimes et d'oser les formuler en faisant des demandes claires et concrètes. En parallèle, cette pratique nous fait goûter à l'empathie et nous apprend comment témoigner de l'empathie. Une place importante est consacrée à l'expression de la gratitude et à la reconnaissance de la contribution de chacun, notamment en milieu professionnel, indispensable pour équilibrer les relations et entretenir l'élan vital. Autant de pistes que la CNV nous réapprend à emprunter pour réveiller en chacun le potentiel empathique, inhérent à la nature humaine et vital pour notre société. Pour contribuer à un monde plus équitable.

Dr Pascale MOLHO, ancien interne et chef de clinique des hôpitaux de Paris ; formatrice certifiée en CNV. Quinze ans de pratique médicale et autant d'années de pratique et de transmission de la CNV en tant que formatrice consultante.

VENDREDI 30 SEPTEMBRE

DES SOLUTIONS POUR UN MIEUX-ÊTRE AMBIANT

14h : MAL-ÊTRE ET CONFLITS : LA MEDITATION COMME SOLUTION AUX PROBLEMES DE LA SOCIETE MODERNE

Mal-être et conflits de la société sont le reflet du mal-être et du conflit en chacun de nous. La méditation peut aider à diminuer les tensions et à résoudre les conflits en soi-même, mais aussi en entreprise, en prison, tant pour les personnes incarcérées que pour le personnel, dans les quartiers difficiles, à l'hôpital, pour les patients comme pour les soignants.

La méditation est un pas sur l'inévitable parcours nécessaire à l'introspection pour que toute la société, y compris dans ses formes les plus douloureuses puisse retrouver la paix et l'harmonie profondes. Il y a un bonheur insondable et une félicité sans limites à trouver même au fond des situations les plus douloureuses.

DJONG DO (Federico PROCOPIO), Moine Bouddhiste Zen, administrateur de l'Union bouddhiste de France, philosophe et psychanalyste. Il œuvre depuis plusieurs années à l'implantation du Bouddhisme en France. Il intervient ponctuellement en entreprise, en prison et à l'hôpital, pour lequel il est chargé par l'Union Bouddhiste de France de créer les Aumôneries Nationales Bouddhistes.

16h : LES RELATIONS PARENTS-ENFANTS : ENJEUX ET CONSEQUENCES SUR LE DEVENIR DE LA SOCIETE

Qu'est ce qui fait la spécificité de chacune des relations mère/fille, mère/fils, père/fille... ? Quels en sont les enjeux ? Quelle est l'empreinte de la mère, celle du père, sur l'enfant ? Quelles conséquences ces relations ont-elles sur le développement et le psychisme d'une fille, d'un fils, sur le choix de son partenaire amoureux, de son parcours professionnel, sur sa relation aux autres, à ses propres enfants ?

Particulièrement pertinentes pour les futurs parents du 21e siècle qui cherchent à préparer l'avenir de leur enfant avant même son arrivée, les pistes proposées ici avec légèreté et humour s'adressent également aux parents confirmés !

Véronique MORALDI, auteur, conférencière, formée à la communication relationnelle (méthode ESPERE de Jacques Salomé), elle est spécialisée dans l'étude des personnalités narcissiques et dans l'analyse des liens familiaux et de leurs conséquences sur les comportements des adultes.

SAMEDI 1^{ER} OCTOBRE

QUAND LE TRAVAIL DEVIENT UNE SOUFFRANCE...

14h : DEPASSER LES CONFLITS POUR RETROUVER LES PROMESSES DU TRAVAIL

Le travail nous promet, entre autres, une meilleure intégration dans la société et l'épanouissement de nos capacités. Mais lorsque rien de va plus « au boulot », c'est vite l'enfer. Marie Pezé présente les outils qui existent et qui peuvent être mobilisés pour sortir d'une situation difficile : connaissance du droit, démarches juridiques, mais aussi réflexion et compréhension. Parvenir à expliquer clairement pourquoi les conditions de travail se sont dégradées, c'est sortir du conflit de personnes – toujours très réducteur – pour repartir sur la base du travail lui-même.

Marie Pezé propose des pistes pour sortir de la solitude et retrouver les promesses du travail.

Marie PEZÉ, docteur en psychologie, expert judiciaire, responsable du réseau de consultations « Souffrance et Travail », auteur de « Travailler à armes égales - Souffrance au travail : comment réagir ».

16h : HARCELEMENT ET AUTRES SOUFFRANCES AU TRAVAIL : DIAGNOSTIQUER JUSTE ET S'EN SORTIR

La souffrance au travail est un thème sensible, sujet à de vifs débats. Il est indispensable, autant pour l'employeur que pour le travailleur, d'être informés sur les risques psychosociaux rencontrés en entreprise, dont le harcèlement moral et ses différentes formes, sur le contenu et l'étendue du devoir de compétence de l'employeur, par son obligation de prévention et de gestion des risques en entreprise. Savoir est la première des compétences qui permettent à l'employeur et au travailleur de s'orienter vers des solutions efficaces, qu'elles soient managériales ou personnelles.

Gabriella WENNUBST, licenciée en lettres (Genève) et en droit (Neuchâtel). Avocate au barreau, elle bénéficie d'une expérience de plus de dix ans en matière de harcèlement au travail, en particulier de mobbing. Auteur de plusieurs publications sur le sujet, vient de publier « Mobbing ; harcèlement en entreprise : victoire ou défaite de l'employeur ? » (éd. Eyrolles, 2011).

DIMANCHE 2 OCTOBRE

UN APRES-MIDI AVEC L'INREES

Qu'est ce que l'INREES ?

L'INREES est né du constat suivant : il est possible de s'intéresser aux phénomènes inexpliqués, parfois qualifiés d'extraordinaires, voir de « surnaturels », tout en conservant les deux pieds sur terre. Pour cela l'INREES s'appuie sur un questionnement scientifique rigoureux. L'objectif de l'INREES est d'aider à faire avancer les connaissances sur ces sujets méconnus, et souvent mal compris. Magazine, grandes conférences, espace internet, livres, télévision ; en étant présent sur tous ces terrains, nous changeons les termes du débat entourant l'extraordinaire en France.

www.inrees.com

14h : LA MORT N'EST PAS UNE TERRE ETRANGERE

Au printemps 2001, Stéphane Allix a vu son frère Thomas mourir devant ses yeux. Comme la majorité de celles et ceux qui sont confrontés au départ brutal d'un proche, Stéphane fut ce jour-là totalement désarmé devant la violence et la brutalité de l'événement. Il lui fallu plusieurs années avant d'entreprendre une enquête d'un genre inédit. Une enquête sur le moment de la mort, et sur un hypothétique « après ». Son cheminement a été résolument scientifique, mais aussi fait d'expériences et de rencontres intimes. Au cours de cette enquête, il a été amené à étudier des témoignages de personnes ayant vécu des expériences de mort imminente, à rencontrer des médecins, des chercheurs, mais également des hommes et des femmes qui prétendent communiquer avec les défunts. Y a-t-il une vie après la vie ? Stéphane Allix nous invite à une autre réflexion face au mystère.

Stéphane ALLIX Réalisateur de films, auteur de plusieurs livres, il a fondé et préside actuellement l'Institut de recherche sur les expériences extraordinaires (INREES), qui rassemble professionnels de santé, chercheurs, cinéastes et écrivains. Il est en outre le créateur de la série documentaire « Enquêtes extraordinaires » sur M6, et l'auteur de plusieurs livres, dont « La mort n'est pas une terre étrangère » (éd. Albin Michel).

16h : LE CHAMANISME : RETOUR AUX SOURCES DE LA SCIENCE ET DU SPIRITUEL

Le chamanisme est le plus ancien système de survie créé par l'Homme. Cet ensemble de pratiques est vieux de plusieurs dizaines de milliers d'années ; il relie les aspects pragmatiques et scientifiques de la vie terrestre aux aspects spirituels et sacrés du cosmos. Le retour du chamanisme dans nos pays pose de nombreuses questions de fond sur la manière dont nous donnons du sens à l'existence ; ce retour aux sources nous confronte à une question fondamentale : quelle est la place de l'être humain sur la planète Terre ?

Laurent HUGUELIT est membre de la Faculté de la FSS (the Foundation for Shamanic Studies) fondée par l'anthropologue Michael Harner, dont il est responsable pour la France. Il a coécrit « Le Chamane et le Psy » avec le Dr Olivier Chambon (Mama Editions, 2010) et a mis à jour et préfacé le classique de Michael Harner « La Voie du chamane » (Mama Editions, 2011).

salon zen

Développement personnel et bien-être

29 septembre - 3 octobre 2011 - Paris 17e - Espace Champéret

18

LUNDI 3 OCTOBRE

PSYCHO, SEXO, MELO : QUELLE ACTUALITE DANS LE COUPLE ?

14h : ENTRE ARCHAÏSME ET MODERNITE : LA CONSTRUCTION TRANSGENERATIONNELLE DU COUPLE ET DE LA SEXUALITE

Avant de se structurer dans l'Œdipe, la sexualité se construit chez le fœtus et le bébé, alors que les structures psychiques ne sont encore constituées que d'images et de sensations. Cette première construction de la sexualité s'effectue, d'un côté, dans le plaisir du maternage, de l'autre, par la duplication inconsciente de la sexualité de ses parents. Avec l'Œdipe, par un processus transgénérationnel de répétition des scénarios oedipiens ancestraux, la sexualité prend alors une forme plus définitive qui, tout en présentant des aspects individuels, particuliers à l'histoire de chacun, aboutit à une sexualité adulte très fortement marquée par un inconscient familial et collectif. Cela permet de comprendre comment les modèles sexuels se transmettent d'une génération à l'autre d'une façon semblable aux fantômes qui les parasitent.

Bruno CLAVIER, *psychanalyste, psychologue clinicien, formateur en psychanalyse transgénérationnelle, successeur de Didier Dumas à la tête du « Jardin d'idées » et de son groupe de parole d'hommes sur la sexualité.*

16h : LA SEXUALITE, SOURCE DE CREATIVITE ET D'EXPRESSION DANS LE COUPLE

La sexualité constitue un élément central de la vie de couple. C'est un domaine parfois chargé de peurs, de souffrances, de traumatismes, mais aussi source de créativité, d'expression de l'élan vital.

La Gestalt donne quelques points de repère et des pistes de réflexion pour les couples : le désir et ses aléas, le cycle de la réponse sexuelle et ses interruptions, la question de la normalité, les violences sexuelles, la sexualité aux différentes étapes de la vie. La Gestalt réhabilite la saine agressivité en la différenciant de la violence destructrice et lui donne une place essentielle dans la vie sexuelle.

Brigitte MARTEL a été directrice adjointe de l'Ecole parisienne de Gestalt. Gestalt-thérapeute didacticienne, sexothérapeute, membre titulaire de la Société française de Gestalt et titulaire du Certificat européen de psychothérapie. Participe à la formation et à la supervision des Gestalt-praticiens et anime des stages sur les thèmes liés à la sexualité dans une dizaine de pays. Auteur de « Sexualité, amour et Gestalt » (éd. InterEditions).

Ateliers conférences

Accès libre - Durée : 50 mn - Salles de 75 places environ.

JEUDI 29 SEPTEMBRE

ATELIER 1

12h La Communication Transformatrice.

Lionel Santucci

13h Tipi : désamorcer ses peurs.

Eliane-Laure Mahe et Maryse Lavillaureix

14h La confiance : tremplin vers la réussite.

André Pitra

15h Auroville, la ville du présent et de l'avenir.

Jean Larroquette

16h Echec à l'insomnie et à l'angoisse.

Chantal Dargère

17h Guéris ta vie – Louise Hay.

Isabel Contreras

18h Si la mort est tabou, le monde est en danger.

Gislaine Duboc

ATELIER 2

12h Le ludo-coaching.

Marc Kucharz

13h L'hypnose conversationnelle.

Pierre Marichal

14h Communication avec les 5 sens.

Jean-Loup Fayolle

15h Club Peauzetente, club de bien-être et de médecine douce : un nouveau concept.

Catherine Dassier

16h Equilibrez vos émotions au quotidien !

Nathalie Durieu-Chauvicourt

17h Psychologie des chakras.

Sylvain Bélanger

18h Ecouter son cœur.

Agnès Reboul

ATELIER 3

12h Comprendre et accompagner les enfants.

Armelle Troyon

13h La révolution des énergies libres.

Fabrice André

14h La transmission de l'être : comprendre sa vieillesse pour enseigner la sagesse.

Dominique Lussan

15h L'énergie d'amour non donnée à l'origine de nos troubles.

Hervé Ehm

16h Protection et ancrage avec les pierres et cristaux, dans la période actuelle.

Gérard Cazals

17h Yoga du son, chant harmonique. Véronique et

Denis Fargeot

18h Chamanisme, sagesse et guérison.

Patrick Dacquay

ATELIER 4

12h Des nuages aux soleils : méthode d'auto-coaching pour des résultats concrets au quotidien.

André Hayotte

13h Pardonner pour aller bien, une démarche personnelle qui ouvre à l'amour de soi.

Bernard Chaumeil

14h Santé et bien-être thermal.

Elisabeth Breton

15h Cristaux, minéraux et alignement énergétique.

Daniel Briez

16h Perte de poids et idées reçues.

Renaud Roussel

17h Qu'est-ce que le Feng Shui ?

Sylvie Déodato

18h Approche naturopathique de l'hypersensibilité : spasmophilie, fibromyalgie, fatigue chronique.

Sophie Schlogel

ATELIER 5

12h La numérologie tibétaine. Interprétation de votre chemin de vie en groupe.

Elise Panchout

13h La santé et la joie par l'alimentation !

Florence Fel

14h Santé Yoga présente 2 voies de transformation : le yoga debout et le chamanisme.

Clara Truchot et Maja Cardot

15h Plaisir, santé et forme avec les oligo-éléments.

Dr Marie-Claude Romieu-Vuillet

16h Equilibre acido-basique.

Janine Benoit

17h Les cures de Pancha-Karma en France.

Claire Lalève

18h Reiki et développement personnel.

Christiane Perrichet

salon zen

Développement personnel et bien-être

29 septembre - 3 octobre 2011 - Paris 17e - Espace Champerret

20

VENDREDI 30 SEPTEMBRE

ATELIER 1

12h L'Ennéagramme et ses potentiels.

Isabelle Legueurlier

13h L'énergie de la communication.

Katherina Lipof

14h Comment réunir le cœur, le sens, et l'argent.

Eric Girardot

15h Sophro-Analyse : oser être soi.

Gaëlle de Gabriac

16h « Et si on jouait à vivre ».

Dominique Decaestecker

17h Du désir amoureux à l'amour authentique.

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereaumont

18h Féminin/masculin : rencontre et différences.

François Léwin

19h Mémoire, examens et musique.

Patricia Aveina

20h Des nuages aux soleils : méthode d'auto-coaching pour des résultats concrets au quotidien.

André Hayotte

ATELIER 2

12h Décodage intuitif, déprogrammation et guérison de l'être.

Sylvain Bélanger

13h Voir clair ou comment abandonner ses lunettes.

Xanath Lichy

14h Hypnose Ericksonienne.

Kévin Finel

15h Comment devenir sophrologue.

Marie-Laure Jacquet Alagille

16h La roue des couleurs, l'outil d'éveil.

William Berton

17h Chamanisme toltèque : l'ouverture énergétique des 6 directions.

Claude Degryse

18h Mieux voir, mieux vivre.

Patrice Morchain

ATELIER 3

12h La guérison des mémoires prénatales : une thérapie alchimique.

Christine Louveau

13h Danger d'une hydratation non contrôlée en médecine chinoise.

Jean Pélissier

14h Gestion du stress en entreprise : bienfaits du Qigong, vademecum du manager performant.

Joëlle Legall

15h Réflexologie faciale, le Mian Xiang.

Guy Monjo

16h Améliorer sa santé par l'auto-hypnose et soigner par l'hypnose.

Dany Dan Debeix

17h Massage tantrique : l'art du toucher sensible (ou amoureux).

Bhagvati Granier

18h Le label Conscience et Action : co-création collective des métiers, des entreprises, des lieux de vie de demain.

Dominique Lussan

19h Vivre Feng Shui.

Christine Miège

20h « Ena Beauty », une méthode japonaise pour embellir son féminin.

Machiko Oka

ATELIER 4

12h Réflexologie faciale émotionnelle.

Le Quang Nhuan

13h Les oligo-éléments : source naturelle de bien-être et de vitalité.

Dr Marie-Claude Romieu-Vuillet

14h L'harmonie émotionnelle avec les Fleurs de Bach.

Martine Viniger

15h Evoluer au rythme de la terre à travers cristaux et minéraux.

Martial Marquis

16h Baie de goji et autres baies.

Christophe Etienne

17h Les minéraux et la géométrie sacrée, support de vision.

Daniel Briez

18h Qui je suis, qui je crois être, qui je choisis d'être.

Catherine Henry-Plessier

19h les effets bénéfiques de l'eau alcaline anti-oxydante.

Jean-Jacques Bouchet

20h La voie du chaman : interprétation des rêves en groupe.

Océane Ravasini

ATELIER 5

12h La Haute Qualité Relationnelle : pour une société Zen.

Christophe Médici

13h Intestins : vitalité et santé avec les GGM®.

Monique Pellen et Jacques Joseph Lejeune

14h Acouphènes et naturopathie.

Nicole Latour de Fontanas

15h Les clés de la naturopathie : restez jeune et en forme, conseils et techniques.

Sylvie Bertin

16h Equilibre acido-basique.

Janine Benoit

17h Mettez l'énergie de l'argent au service de votre réalisation personnelle !

Nathalie Cariou

18h Comment réussir sa vie avec la loi d'attraction.

Noël Wan

19h Les nouvelles thérapies quantiques.

Catherine Garnier

SAMEDI 1^{ER} OCTOBRE

ATELIER 1

11h Jung : psychologie et spiritualité – Moi, Soi, Non Soi.

François Favre

12h Peur et confiance.

Michel Lévy

13h Expansion de conscience avec la MMD, Musique Multidimensionnelle.

Jacotte Chollet

14h Oser dire et savoir le dire.

André Pitra

15h La Psychologie Biodynamique, un chemin vers la responsabilité consciente.

Myriam Arnaud

16h L'émotion : énergie de vie au service de la concrétisation de son projet de vie.

Dominique Lussan

17h Interprétation des rêves.

Chantal Motto

18h Le couple Haute Qualité Relationnelle.

Christophe Médici

ATELIER 2

12h Exploration de la conscience par une neuroscience : la technique de l'institut Monroë.

Omid Kohneh-Chahri

13h L'énergiologie : un autre regard sur votre santé.

Jean-Michel Méric et Dominique Lefort

14h Lâcher-prise pour réussir.

Katherina Lipof

15h Sophro-analyse : oser être soi.

Gaëlle de Gabriac

16h Le conseil couleur-énergie.

William Berton

17h Coach : un métier, des outils, un diplôme.

Isabelle Legueurlier

18h Les bienfaits de la médiation animale. Le rôle social de l'animal dans notre société humaine.

François Beiger

ATELIER 3

11h Le rôle irremplaçable du silicium dans le traitement et la prévention de la maladie d'Alzheimer.

Dr Yves Baccichetti

12h Oxygénothérapie, jouvence du vieillissement.

Willy Leiterer

13h Equilibre acido-basique.

Janine Benoit

14h Méthode Rosen.

Sophia Ségal

15h Intestins : vitalité et santé avec les GGM®.

Monique Pellen et Jacques Joseph Lejeune

16h Techniques d'hypnose pour communiquer et convaincre.

Dany Dan Debeix et Gérald Vasselle

17h La thérapie par les couleurs. Chromothérapie.

Dominique Bourdin

18h L'amour de la sagesse.

Hourik Zakarian

ATELIER 4

12h Nettoyage des corps énergétiques par les cristaux et minéraux.

Martial Marquis

13h La shungite, énergie de vie.

Régina Martino

14h De l'intestin origine de la maladie, à l'excès de cholestérol.

Nicole Latour de Fontanas

15h Cristaux et harmonisation de la planète.

Daniel Briez

16h Les arts martiaux chinois, une réponse efficace contre la violence.

Pierre-Yves Roquefere

17h La cure de lait de jument.

Jean-Yves Gaget

18h Expérimentez l'hypnose.

Stylian Zanos

ATELIER 5

11h L'approche Beljanski : découvertes du Dr Mirko Beljanski et confirmation cliniques aux Etats-Unis.

Monique Beljanski

12h L'équilibre acido-basique, un B.A. BA.

Isabelle Jost

13h Danger d'une hydratation non contrôlée en médecine chinoise.

Jean Pélissier

14h Méthode Feldenkrais.

Praticien de la méthode Feldenkrais

15h Les 5 éléments et la correspondance sur le corps.

Guy Monjo

16h L'argent et vous : se connaître, se fréquenter, ne plus se quitter.

Nathalie Cariou

17h De la gestion du stress au plaisir de vivre.

Dr Marie-Claude Romieu-Vuillet

18h Libérer les mémoires du passé.

Evelyne Creignou

DIMANCHE 2 OCTOBRE

ATELIER 1

12h Les mémoires prénatales et généalogiques : la trame initiatique de notre réalisation.

Christine Louveau

13h L'Ennéagramme et ses potentiels.

Isabelle Legueurlier

14h Trouver ce pour quoi je suis fait... et oser le faire.

André Pitra

15h Libérer la voix sacrée.

Véronique et Denis Fargeot

16h Explorer la conscience pour concrétiser son projet de vie.

Dominique Lussan

17h Tipi : désactiver ses peurs.

Luc Nicon

18h « Derrière le rideau ».

Marie-Lise Labonté

ATELIER 2

12h Comment devenir pleinement créateur de sa vie.

Sandrine Devouges

13h La grande lessive planétaire. Notre choix : victimes ou acteurs.

Michel Dogna

14h Féminin sacré-Masculin divin.

Diane Bellego

15h Se réconcilier avec son enfant intérieur.

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereumont

16h La bonne humeur et le bonheur sont-ils possibles dans le monde.

Martin Marceau

17h Mieux voir, mieux vivre.

Patrice Morchain

18h La langue des oiseaux ou la puissance symbolique du langage.

Jérémie Guerry

ATELIER 3

11h Le rôle irremplaçable du silicium dans le traitement et la prévention de la maladie d'Alzheimer.

Dr Yves Baccichetti

12h Voyage chamanique et déprogrammation de la mémoire.

Sylvain Bélanger

13h Danger d'une hydratation non contrôlée en médecine chinoise.

Jean Pélissier

14h Intestins : vitalité et santé avec les GGM®.

Monique Pellen et Jacques Joseph Lejeune

15h Addictions et hypno-anesthésie. Mincir sans privation, vaincre le tabac.

Dany Dan Debeix et Bruno Gomez

16h Les massages biodynamiques, une voie de transformation.

François Léwin

17h Du bon usage des compléments alimentaires.

Frédéric Boukobza

18h Comment bâtir sa prospérité avec la loi d'attraction.

Noël Wan

ATELIER 4

12h Ho'Oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens.

Luc Bodin et Maria-Elisa Hurtado-Graciet

13h Respirez la santé, à l'écoute de votre vie.

Ludmilla de Bardo

14h L'arthrose, solution naturelle.

Bernard Dewaghe

15h Equilibre acido-basique.

Janine Benoit

16h Pollutions dans l'habitat : telluriques et électromagnétiques.

Jean-Jacques Bréluzeau

17h Mieux gérer ses émotions et son bien-être avec les oligo-éléments.

Dr Marie-Claude Romieu-Vuillet

18h La géobiologie solaire crée la paix sur les lieux.

Florence Morice et Jean-Gilles Decarre

ATELIER 5

11h L'approche Beljanski : découvertes du Dr Mirko Beljanski et confirmation cliniques aux Etats-Unis.

Monique Beljanski

12h Méditer en riant et en pleurant.

Aashti Tousignant

13h La fatigue selon la médecine chinoise.

Pascal Leroy

14h Cristaux et autonomie énergétique.

Daniel Briez

15h 7 clefs pour attirer l'abondance dans votre vie.

Nathalie Cariou

16h Aider l'organisme à retrouver sa vitalité avec les pierres et cristaux.

Gérard Cazals

17h Des parfums de couleur pour mieux vivre la perception accélérée du temps.

Nathalie Durieu-Chauvicourt

18h Explorer sa structure de personnalité par les états d'expansion de conscience.

Catherine Henry-Plessier

LUNDI 3 OCTOBRE

ATELIER 1

11h Manifester notre potentiel positif : l'INREES interview Thierry Janssen à l'occasion de la sortie de son nouveau livre.

Interview par Stéphane ALLIX

12h Le couple, la sexualité et la mort.

Gislaine Duboc

13h Jung : psychologie et spiritualité – Moi, Soi, Non Soi.

François Favre

14h Passer à l'action : la motivation, comment la trouver, comment la garder.

André Pitra

15h Du développement personnel à la création de valeur globale dans l'action.

Dominique Lussan

16h Gouvernance intégrale : de la transformation personnelle au changement social.

Charlotte Duprez Mourman et Isabelle Desplats

17h La créativité, une thérapie. Apprendre à tenir un journal créatif !

Florence Fel

18h Intégrer le masculin et le féminin et entrer sur le chemin de l'amour inconditionnel.

Catherine Henry-Plessier

ATELIER 2

12h La guérison des mémoires prénatales : une thérapie alchimique.

Christine Louveau

13h Le guérisseur des temps modernes.

Sylvain Bélanger

14h Yoga du son, chant harmonique.

Véronique et Denis Fargeot

15h Conversation avec son corps : la psychosomatothérapie et la psychanalyse intégrative.

Odile Munck

16h « Et si on jouait à vivre ».

Dominique Decaestecker

17h La liberté de s'accomplir.

Edouard Stacke

18h Comment transformer ses relations avec la loi d'attraction.

Noël Wan

ATELIER 3

12h Le shiatsu, un outil contre le stress au travail.

André Nahum

13h Améliorez votre santé par le Qi Gong.

Lucie d'Orio

14h Optimiser son potentiel avec la MMD, Musique Multidimensionnelle.

Jacotte Chollet

15h Le Jeu des 45 couleurs.

William Berton

16h Voir clair ou comment abandonner ses lunettes.

Xanath Lichy

17h La Méthode Solere, traitement non médicamenteux : asthme, fatigue, sommeil, déprime.

François Sebben

18h La paix sur les lieux avec la géobiologie solaire.

Florence Morice et Jean-Gilles Decarre

ATELIER 4

12h Et maintenant, à quoi ça sert de se maintenir en bon état ?

France Guillain

13h L'altitude simulée pour combattre les effets du stress sur le métabolisme.

Frédéric Gazeau

14h Cristaux et multidimensionnalité.

Daniel Briez

15h Dimension énergétique des élixirs floraux et minéraux.

Farida Marin Belmadami

16h Détox : métaux lourds, radiations solaires et nucléaires, résidus de pesticides ou chimio.

Patrice Percie du Sert

17h Les effets bénéfiques des ions négatifs d'oxygène.

Jean-Jacques Bouchet

18h Des nuages aux soleils : méthode d'auto-coaching pour des résultats concrets au quotidien.

André Hayotte

ATELIER 5

12h Stress et émotions : ce que pierres et cristaux peuvent apporter.

Gérard Cazals

13h Harmonisez vos relations grâce à la couleur.

Nathalie Durieu-Chauvicourt

14h Thérapie par les sangsues.

Suzanne Kornreich

15h La clef de la liberté est entre vos mains, osez-vous la prendre ?

Aashti Tousignant

16h Saison après saison, renforcez votre organisme.

Dr Marie-Claude Romieu-Vuillet

17h Les mandalas.

Armelle Troyon

18h Prévenir et gérer son stress au quotidien par une méthode alchimique.

Simone Paulin

Cours pratiques

Espace clos. Places limitées (30 à 40 personnes) - Inscriptions sur place le jour même, devant la salle - Participation 2 € - Durée : 50 mn

JEUDI 29 SEPTEMBRE

12h Hatha Yoga.

Evelyne Sanier Torre

13h Danse ta vie !

Régine Petit

14h Qigong.

Maître Yuan Hong Hai, expert wushu, maître de conférence à l'université de Shanghai

15h Ena, la beauté intérieure du Soleil Levant : exercices pratiques.

Machiko Oka

16h Explorer la conscience par le yoga kundalini.

Dominique Lussan

17h Découverte du Qi Gong thérapeutique.

Lucie d'Orio

18h Méthode de Libération des Cuirasses.

Ségolène Walter

VENDREDI 30 SEPTEMBRE

12h Hatha Yoga.

Evelyne Sanier Torre

13h Danse de la femme sauvage.

Véronique Sommer

14h Wutao, une écologie corporelle.

Centre d'Arts Corporels Génération Tao

15h L'émotion : énergie de vie au service de la concrétisation de son projet de vie.

Dominique Lussan

16h Kungfu.

Sirhan Djeddar, directeur artistique et entraîneur national à la Féd. Fr. de Wushu

17h Gérer son stress par la technique Monroe.

Omid Kohneh-Chahri

18h Ohashiatsu, la danse du bien-être.

Barbara Aubry

19h Initiation au Rebirth (1h30).

Praticiens de l'Ass. Fr. de Rebirthing

SAMEDI 1ER OCTOBRE

11h Yoga de l'énergie.

Giorgio Cammarata

12h Taichi Chuan.

Lac Lemy, expert fédéral

13h Wutao, une écologie corporelle.

Centre d'Arts Corporels Génération Tao

14h Explorer la conscience par les pratiques corporelles (yoga...).

Dominique Lussan

15h A la rencontre de son enfant intérieur : rêve éveillé et pratique créatrice.

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereaumont

16h Méthode de Libération des Cuirasses.

Cristina Olivares Bongrain

17h Le yoga massage de l'Inde du Nord.

Rajeev Pant

18h Détente et énergie par le Yoga.

Swami Kailasananda

DIMANCHE 2 OCTOBRE

11h Yoga de l'énergie.

Giorgio Cammarata

12h Concrétiser son chemin de vie par la technique Monroe.

Omid Kohneh-Chahri

13h Danse Biodynamique.

Rafaël Baile

14h Développer son ressenti sensoriel des enveloppes énergétiques.

Dominique Lussan

15h Leçon de prise de conscience par le mouvement : la méthode Feldenkrais.

Praticien de la méthode Feldenkrais

16h Taichi Chuan.

Marianne Plouvier, expert fédéral et médecin psychiatre

17h EFT Emotional Freedom Tecnic, mode d'emploi.

Luc Bodin et Maria-Elisa Hurtado-Graciel

18h Longo, la danse africaine d'ancrage.

Elima

LUNDI 3 OCTOBRE

11h Yoga de l'énergie.

Giorgio Cammarata

12h Pratique d'ouverture énergétique des 6 directions en chamanisme toltèque.

Claude Degryse

13h Perception des auras et initiation aux équilibrages énergétiques avec les couleurs.

Dominique Bourdin

14h Leçon de prise de conscience par le mouvement : la méthode Feldenkrais.

Praticien de la méthode Feldenkrais

15h Yichuan.

Ilias Calimintzos, expert fédéral

16h Exploration de la conscience par la technique de l'Institut Monroe.

Omid Kohneh-Chahri

17h Explorer la conscience par la danse.

Dominique Lussan

salon zen

Développement personnel et bien-être

29 septembre - 3 octobre 2011 - Paris 17e - Espace Champerret

25