

Lundi 16 avril
9h00-17h00

Formation sur 1 journée
à l'OGA Atlantic,

La Roche/Yon

Prix : 48 € TTC,

Déjeuner compris

Optimiser son efficacité sans s'épuiser

Les découvertes sur la réflexologie du cerveau de Madeleine Turgeon (pionnière de la réflexologie au Québec) permettent de dépasser ses blocages pour avancer sans efforts, rendre sa vie plus épanouie en se libérant du stress et des dépendances.

Objectifs

- Etre en contact avec ses ressources, son potentiel pour évoluer en conscience.
- Découvrir des outils simples, rapides et efficaces pour récupérer dans les temps de pause.
- Aller au-delà de l'émotion afin d'identifier le ressenti cellulaire et se libérer des peurs et pensées obsédantes.

Programme

- Les 3 types de personnalité : horizontal (énergie yin), vertical (énergie yang), oblique (énergie positive).
- Apprendre comment sa vie est basée sur ces trois axes (le choix d'une profession ou d'un partenaire, vos habiletés manuelles et artistiques, vos capacités intellectuelles, sont puissamment influencées par la collaborations entre ces lignes).
- Identifier son cerveau dominant pour découvrir les forces et les faiblesses inconscientes de son être.
- Rôles et caractéristiques des lignes concernant le ressenti cellulaire, les organes cibles du stress, les dépendances alimentaires, ...
- Equilibrer le cerveau par la répartition des énergies des trois étages (cerveau reptilien, limbique, cortex).
- Exercices de respirations pour la gestion du stress et des dépendances.

ANIMATION

Virginie Delage, Kinésiologue, naturopathe, réflexologue