

Programme de réjouissances de la journée « Santé Essentielle » - dimanche 26 avril 2015

9h30 : Accueil

9h45 : Introduction "Santé Essentielle" = A la découverte de nos 5 sens, et plus encore!

1) 10h *Diane* (Osté-eau + Aroma-olfacto Eau de Soi)
Pourquoi l'homme n'est-il pas encore adapté à la bipédie?

2) 10h30 *Fredéric* (Pompier et Formajade)
Porter secours, source de lien social

Break 15 minutes

3) 11h15 *Mathilde* (Sophrologie)
Développer ses sensations, son intuition & sa créativité

4) 11h45 *Lynn* (Aroma-olfacto et Réflexologie)
Gestion de la douleur et Aroma-olfactothérapie pour se sentir bien

5) 12h15 *Lilou* (Mère nourricière et Traiteur de tout son coeur)
La gourmandise, péché capital?

Debrief matinée 12h45-13h

Pause déjeuner 13h-14h30

6) 14h30 *Claudette* (Professeure de yoga)
Le corps en mouvement, une absolue envie et nécessité

7) 15h *Johanna Ferdinand* (Chanteuse, danseuse et comédienne)
La liberté 2 Lettres : chant, danse et comédie, l'Expression de Soi à travers les Arts

Break 15 minutes

8) 15h45 *Samuel* (Bibliothécaire passionné)
La lecture, une ouverture sur soi et les autres

9) 16h15 *Olivier* (Prof de français, latin et théâtre)
L'écriture théâtrale ou l'art de la mise en scène

10) 16 h45 *Santé Essentielle*
Aller à la quête de ses sens pour découvrir et assumer ses sensualité et sexualité

17h15 Conclusion = La Santé au coeur de notre développement (+ extrait vidéo "le coeur" de "Tout est normal, mon coeur scintille" de et avec *Jacques Gamblin*)

Bonus : *Anne-laure* (photographe, chasseuse d'images EssentiElle) = La photographie, un miroir de Soi

18h = Fin de chantier!!!

Programme établi sous réserve de disponibilité des différents intervenants

Diane LE BERRE : 06.83.88.46.08

Immeuble Key West – 25 allée des Aulnes 44500 La Baule

Sur réservation uniquement : 15 euros / personne (buffet et réjouissances)

www.sante-essentielle.com/ / www.osteola-baule.com/

<https://www.facebook.com/diane.leberre.sante.essentielle/> / <https://www.facebook.com/eaudesoi/>

www.nana-tuopathe.com/ (rédactrices web : Diane Le Berre & Lynn Ansoit)