

# ateliers - Durée 50mn - inscription souhaitable.

Les ateliers durent 50 minutes. [Inscription jusqu'au 26 janvier par mail auprès de l'intervenant et en copie à contact@lesalon-essentiel.fr](mailto:contact@lesalon-essentiel.fr)

Nous confirmerons votre réservation par mail uniquement. Paiement sur le salon. Inscription possible sur place.

## Voyage sonore

Participation au chapeau (don libre).

**Pierre Perrin**

**vendredi 14h-14h50/dimanche 11h-11h50**

[contact@pierreperrin.fr](mailto:contact@pierreperrin.fr)

## La numérologie karmique

A l'heure de la numérisation, quels sont vos nombres personnels ? Quel impact cette année 2023 pourrait avoir sur notre numérologie, sur notre vie ?

Avons-nous le choix ? petits calculs simples à prévoir...

**Gratuit. vous munir d'un bloc et d'un stylo. Maria**

**Gomes de Araujo**

**samedi 14h-14h50/dimanche 17h-17h50**

[maria.magda1921@gmail.com](mailto:maria.magda1921@gmail.com)

## Auto-massage - Do-in

Le Do-in permet de renforcer les capacités d'auto-guérison du corps. Technique d'auto-massage qui peut se pratiquer par tous, au quotidien, pour se maintenir en pleine santé.

**5 euros- tapis de yoga et tenue souple. Carmen Autissier.**

**vendredi 15h-15h50/samedi 12h10-13h**

**/dimanche 12h10-13h**

[carmen.massage@mailo.com](mailto:carmen.massage@mailo.com)

**Intelligence collective / l'outil DISC : les clés pour mieux comprendre et communiquer.**

**L'outil DISC** : découvrir les 4 types de comportement pour comprendre les comportements de chacun et communiquer de façon agile.

**L'intelligence collective** : apprendre à travailler ensemble à travers un outil ludique et collectif.

**5 euros- Annelise Mazille.**

**samedi 17h-17h50/dimanche 14h-14h50**

[e.gauzy@naoan.com](mailto:e.gauzy@naoan.com)

## Danse "au corps de toi"

Explorer son corps et son mouvement naturel. Un mélange d'introspection, d'intuition, de visualisation et de danse pour faire circuler son "en-vie" et aller vers son être créatif.

**Gratuit. Jessica Chardon**

**vendredi 17h-17h50/dimanche 15h-15h50**

[jessica.chardon@hotmail.fr](mailto:jessica.chardon@hotmail.fr)

## Ecriture créative - découverte

Venez découvrir la magie et les bienfaits de l'écriture créative. A partir de propositions simples, l'imagination se libère et la plume s'envole.

**Gratuit. Gaëlle Lanier.**

**vendredi 16h-16h50/samedi 15h-15h50**

**/dimanche 11h-12h**

[gaellelanier35@gmail.com](mailto:gaellelanier35@gmail.com)

## La respiration, notre allié bien-être.

Soulager notre corps et nos maux grâce à la respiration. Reprendre notre amplitude respiratoire pour mieux gérer nos émotions. Quelques techniques simples à utiliser au quotidien.

**Gratuit. Vous munir d'un bloc et d'un stylo.**

**Maria Gomes de Araujo**

**vendredi 18h-18h50/dimanche 16h-16h50**

[maria.magda1921@gmail.com](mailto:maria.magda1921@gmail.com)

## Qi Gong

**Gratuit. David Genin**

**samedi 11h-11h50 et 18h-18h50**

[la-voie-du-jade@outlook.fr](mailto:la-voie-du-jade@outlook.fr)

**Les constellations familiales, ou l'art de prendre sa vraie place.**

Vous découvrirez les constellations familiales, leur fonctionnement... Vous expérimenterez par vous-même cet outil de libération personnelle et systémique qui ne se contente pas de guérir notre arbre... **Gratuit.**

**Vendredi 13h10-14h/12h10-12h40**

[chatain.frederique@gmx.fr](mailto:chatain.frederique@gmx.fr)

## Gestion du stress

La respiration et les huiles essentielles pour vous aider.

**Vendredi 12h10-13h**

[isabelle.carrette.naturopathe@gmail.com](mailto:isabelle.carrette.naturopathe@gmail.com)

## Réflexologie plantaire pour le nouveau-né

Pour les parents, avant la naissance ou dans les premières semaines de vie.

**samedi 16h-16h50**

[isabelle.carrette.naturopathe@gmail.com](mailto:isabelle.carrette.naturopathe@gmail.com)

## ateliers (suite)

### Découvrir la sophrologie ludique.

Atelier parents-enfants 6-12 ans. Vous munir d'une serviette ou d'un tapis.

**Dimanche 13h10-14h**

[cindy.morel.sophro@gmail.com](mailto:cindy.morel.sophro@gmail.com)

### Initiation à la sophrologie

Apprendre à écouter son corps et à se détendre.

**Cindy Morel**

**Samedi 13h10-14h**

[cindy.morel.sophro@gmail.com](mailto:cindy.morel.sophro@gmail.com)

## conférences bien être / développement personnel

*Durée 30mn - gratuité - aucune inscription requise.*

- Comment vous pouvez utiliser les fleurs remèdes du Dr. Bach pour équilibrer vos états émotionnels et mentaux  
**Lynda Caffrey**  
**vendredi 15h50-16h30**
- Le pouvoir thérapeutique de son. Découvrez les propriétés vibratoires des sons et le lien qui peut être fait avec le corps dans un processus thérapeutique.  
**Alexandra Vandel**  
**vendredi 14h55-15h25/dimanche 11h35-12h05**
- Présentation du Neurofeedback EEGq  
Définition, fonctionnement ? Pour qui et pour quoi ?  
**Cécile Perdrix/Marlène Raffy**  
**samedi 14h55-15h25/dimanche 12h10-12h40**
- Etablir une relation avec les pierres. Comment se relier aux cristaux et utiliser le coeur des pierres ? Reprendre son pouvoir d'auto-guérison avec celles-ci.  
**Evelyne Ranc**  
**samedi 16h05-16h35/dimanche 13h45-14h15**
- Happy Jeûne  
Les bienfaits d'un jeûne, outil de Changement. L'offre Happy Jeûne.  
**Aline Péquillet**  
**vendredi 16h40-17h10/dimanche 14h55-15h25**
- La vertèbre atlas légèrement décalé favorise une bascule du bassin.  
**Eric Cuchet**  
**vendredi 17h15-17h45**
- Soignez-vous par les pieds !  
Comment les zones sur les pieds vous disent tout sur votre santé.  
**Lynda Caffrey**  
**samedi 13h45-14h15**
- Soins post-covid  
Vous souffrez dans votre corps, votre âme ... du virus Covid 19... ? Une porte de sortie est possible !  
**Céline Descamps**  
**samedi 16h40-17h10**
- Tout ce qui est programmé dans notre ADN depuis notre petite enfance est à l'origine de nos blessures. Notre inconscient, lui, cherche encore des réponses et nous pousse à revivre, sans cesse, des répliques, jusqu'à ce que la blessure soit comprise et archivée. C'est ce que vous propose la neurothérapie.  
**Marie Pezet**  
**samedi 16h05-16h35/dimanche 14h20-14h50**
- Formation MAGE (medium-ange-guide-entité)  
Présentation de la formation très complète qui vous permet de savoir plus sur la médiumnité, voyance, les anges, les entités... et le monde ésotérique en général.  
**Dominique Lassus-Minvielle**  
**samedi 11h35-12h05 /dimanche 17h15-17h45**
- Venez découvrir les causes de l'accumulation et des difficultés à ranger nos maisons. Nous évoquerons les secrets d'un désencombrement réussi, les étapes à respecter et les erreurs à éviter quelques clés pour permettre un bon rangement de ce qui reste.  
**Corinne Renaud**  
**vendredi 14h20-14h50/dimanche 16h05-16h35**
- La vibration au service de l'Être  
Comment utiliser les vibrations d'instruments ou de la voix dans une approche thérapeutique.  
**Yann Rouèche**  
**vendredi 13h45-14h10/samedi 14h20-14h50**
- La géobiologie, un art ancestral au service du vivant. Découvrez les influences de notre environnement sur le vivant et comment les équilibrer.  
**Yann Rouèche**  
**dimanche 15h50-16h30**
- Le ventre, centre des émotions.  
**Eric Cuchet**  
**samedi 15h30-16h00/dimanche 16h40-17h10**
- Osez être soi, libre de toute sa « transgénération », enfin ! Vous êtes-vous déjà projeté dans cet infini des possibles, où plus aucun de membre de votre lignée humaine ne puisse impacter votre vie ?  
**Céline Descamps**  
**dimanche 11h-11h30**