



PRESENTE SES STAGES ET FORMATIONS 2021

Mai

STAGE DE YOGA
12/05 au 16/05

LA VISION QUANTIQUE DANS LE
CADRE DU STAGE DE YOGA
14/05 ET 15/05

DECOUVERTE DE LA M2P*
23/05

Juin

BASES ET PRATIQUE DE LA M2P*
13/06

RANDONNEE CONSCIENCE ET NATURE
– LAC DE VENS
18/06 AU 20/06

Juillet

DECOUVERTE DE LA M2P*
4/07

DECOUVERTE DE LA M2P*
18/07

BASES ET PRATIQUE DE LA M2P*
25/07

Août

DECOUVERTE DE LA M2P*
08/08

DECOUVERTE DE LA M2P*
22/08

BASES ET PRATIQUE DE LA M2P*
29/08

Septembre

DECOUVERTE DE LA M2P*
19/09

BASES ET PRATIQUE DE LA M2P
26/09

Octobre

FORMATION CERTIFIANTE M2P* NI-
VEAU 1
8/10 au 10/10

JOURNEES D'ECHANGES ET
PRATIQUE
16/10 ET 17/10

CONTACT ET INSCRIPTIONS :

lesoimroubion@gmail.com

*Méthode des 2 Points



PRESENTE SES ATELIERS

2021

Mardis de l'essentiel

RECONNEXION À SOI...

*Cohérence cardiaque et
pratique de l'attention*

A TRAVERS LES 5 SENS,

*se reconnecter à son
espace intérieur*

VIVRE L'INSTANT PRÉSENT...

*Pleine présence en na-
ture*

OSER LA MÉDITA- TION...

*Pour découvrir son es-
pace intérieur*

VENDREDI SAMEDI

Créatifs

VOYAGE MÉDITATIF...

*Notre nature et la symbolique du
Cœur*

UN TABLEAU DE VISUALI- SATION PAR COLLAGE...

...ma Créativité

UN CARNET CRÉATIF...

Pour observer mon rythme intérieur

UNE AMULETTE ?...

*...mon allié pour me connecter
à mon intérieur*

Dimanches initiatiques

...TAO : LE SOURIRE INTÉRIEUR

Les 5 éléments

...LES 5 SONS DE GUERISON

Nettoyer et stimuler son énergie

LE POUVOIR DE L'INTENTION

Fréquence et résonance

CONTACT ET INSCRIPTIONS :

lesoimroubion@gmail.com

ATELIERS DE L'ESSENTIEL

Juillet et août

Venez découvrir la qualité de l'instant présent qui amènera chacun à redécouvrir son espace et son calme intérieur.

Objectif : A chaque atelier une introduction à une technique, chacune complémentaire, facilement réutilisables au quotidien et qui permettront à tous de se réapproprier la relation entre le soi et ce qui nous entoure: les autres, notre environnement, la nature.

Les Mardis

de l'essentiel

RECONNEXION À SOI...

Cohérence cardiaque et pratique de l'attention

06/07
03/08
24/08

A TRAVERS LES 5 SENS,

se reconnecter à son espace intérieur

13/07
01/08
10/08

VIVRE L'INSTANT PRÉSENT...

Peine présence en nature

11/07
20/07
17/08

OSER LA MÉDITATION...

Pour découvrir son espace intérieur

27/07
31/08

INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS

Laurent Rimoldi

0652541411

lesoimroubion@gmail.com

ATELIERS INITIATIQUES

Septembre et octobre

Le Tao, est une pratique millénaire qui reprend sens aujourd'hui grâce aux explications des sciences nouvelles. Il y a 30ans je rencontrais le Tao et les 5 éléments de la médecine chinoise et vous propose une initiation à ces méthodes.

3 ateliers initiatiques pour prendre conscience de son corps et sa santé à travers la reconnaissance de son système énergétique. L'objectif de ces ateliers est d'apprendre des techniques de nettoyage, d'auto-guérison énergétique et de prendre conscience de notre capacité à améliorer notre santé.

LES DIMANCHES

INITIATIQUES

LE POUVOIR DE L'INTENTION

Fréquence et résonnance

05/09

...TAO : LE SOURIRE INTÉRIEUR

Les 5 éléments:

12/09

...LES 5 SONS DE GUERISON

Nettoyer et stimuler son énergie

03/10

LIEU : Le SoIM, Roubion

HORAIRE : 9h30-11h30

TARIF : 25€



LIEU : Le SoIM, Roubion

HORAIRE : 9h30-12h00/13h30-16h00

TARIF : 75€

Ateliers de 3 à 8 personnes- Sur inscription

ATELIERS CREATIFS

De mai à octobre

Les ateliers d'Elise sont des espaces de création d'objets et d'expériences sensibles pour réveiller le vivant en vous. Ces arts créatifs et manuels vous permettront d'accéder à votre espace intérieur pour vous réapproprier votre nature. Ainsi, ces ateliers sont proposés comme une valse à 4 temps, à suivre de façon évolutive ou à l'en- vie, selon l'humeur, et seront un point d'entrée vers la création d'une autre réalité, créative et fertile : sa créativité.

Objectif : Le participant emporte sa création pour continuer à mettre en pratique les techniques abordées au cours des atelier.

Vendredi

UN CARNET CREATIF...

Pour observer mon rythme intérieur

9h30-11h30

16/07
23/07
30/07
06/08
03/09
10/09
17/09
24/09

UNE AMULETTE ?...

...mon allié pour me connecter à mon intérieur

16h00-18h00

16/07
23/07
30/07
06/08
03/09
10/09
17/09
24/09

VOYAGE MÉDITATIF...

Notre nature et la symbolique du cœur

9h30-11h30

09/07
02/10

UN TABLEAU DE VISUALISATION PAR COLLAGE...

...ma créativité

16h00-18h00

09/07
02/10

Samedi

UNE AMULETTE ?...

...mon allié pour me connecter à mon intérieur

9h30-11h30

28/08

16h00-18h00

22/05

03/07

UN TABLEAU DE VISUALISATION PAR COLLAGE...

...ma créativité

16h00-18h00

12/06
17/07
24/07
31/07
07/08
28/08
04/09
11/09
18/09
25/09

VOYAGE MÉDITATIF...

Notre nature et la symbolique du Cœur

9h30-11h30

12/06

17/07

24/07

31/07

07/08

04/09

11/09

18/09

25/09

16h00-18h00

21/08

UN CARNET CREATIF...

Pour observer mon rythme intérieur

9h30-11h30

22/05

03/07

21/08

LIEU : Le Soim, Roubion

HORAIRES : ateliers de 2h

TARIFS : 30€



INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS

Élise Pérardel

0689342149

lesoimroubion@gmail.com

DECOUVERTE DE LA METHODE DES 2 POINTS

½ JOURNEE

La Méthode des 2 Points est une technique permettant rapidement, et facilement d'accéder à un niveau de conscience et d'intériorité, qui permet au pratiquant de découvrir l'importance de la conscience dans l'équilibre de notre santé physique et psychique.

Objectif de cette demie journée de découverte : accéder à une autre façon de penser ou percevoir la vie.

Pour qui ? toute personne dans un moment de changement, en chemin vers un développement intérieur, à la recherche d'un mieux-être, et pour Les pratiquants d'autres méthodes alternatives souhaitant accélérer ou approfondir leur discipline.

FORMATEUR : Laurent Rimoldi

LIEU : ROUBION, 06420

Mai : 23/05

Juillet : 4/07 ; 18/07

Aout : 08/08 ; 22/08

Septembre : 19/09

HORAIRE :

9H30 à 12h00

TARIFS : 40€

INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS

Laurent Rimoldi

Elise Pérardel

0652541411

lesoimroubion@gmail.com



LIEU : ROUBION, 06420

Juin : 13/06

Juillet : 25/07

Août : 29/08

Septembre : 26/09

HORAIRE :

9H30-12h30 à 14h00-16h30

TARIFS : 90€

LES BASES DE LA METHODE DES 2 POINTS

1 JOURNEE

Objectif de cette journée d'approche de la Méthode des 2 Points : disposer des outils qui permettent d'entamer la transformation intérieure, essentielle pour accompagner ses propres changements, en conscience. Le lien est recréé entre le soi et ce qui nous entoure (les autres, notre environnement, la nature...), mais aussi entre notre état de conscience, l'équilibre de nos vies et de notre santé.

