

Organisation

Pour les **repas**
chacun apporte un plat
que nous mettrons en commun.

Participation financière : 140 € pour les deux jours
Merci d'envoyer 30 € d'arrhes à l'inscription

hébergement en gîte nous consulter.

Matériel : apportez si vous avez une table
de massage ou un futon, deux draps d'une personne,
une petite couverture, une serviette de toilette et un tapis de yoga.
Une petite trousse avec les principales huiles vous sera fournie.

Renseignements et inscriptions :

Sylvie Hetzel
Association Selva
L'Estrade - 24290 Sergeac
Tel : 06 80 34 26 77
e-mail : association.selva@free.fr

site : association.selva.free.fr

Le Massage-bien-être et son approche sensible avec les Huiles Vitalisées aux Plantes



Formation sur trois week-ends
à La Fleur de Vie à Plazac (Dordogne)

*Les 7 et 8 Décembre 2013
les 1 et 2 mars 2014
les 12 et 13 avril 2014*

Avec Sylvie Hetzel

FORMATION SUR TROIS WEEK-ENDS A PLAZAC EN DORDOGNE

Dates :

- ♣ les 7 et 8 décembre 2013
- ♣ les 1 et 2 mars 2014
- ♣ les 12 et 13 avril 2014

Programme :

Au cours de cette formation comprenant **trois week-ends**, vous apprendrez à masser dans un dialogue silencieux avec la personne dont vous prenez soin, le but étant de favoriser en elle la reconnexion avec ses forces de guérison, sa dynamique d'éveil, de transformation. Une huile vitalisée bien choisie nous aidera dans cette direction.

Prendre soin des autres commence par prendre soin de soi, vous découvrirez des **techniques d'auto-massage** tirées de l'**Ayurveda** ainsi que d'autres soins qui font partie de l'hygiène de base.

De nombreux exercices vous seront proposés pour **affiner votre écoute** de l'autre et de ses besoins : écoute verbale, écoute subtile, écoute par le toucher...

D'autres exercices seront destinés à **développer votre aisance** dans la façon d'aborder le corps de l'autre.

Vous apprendrez **différentes techniques sur table ou au sol** issues du massage ayurvédique et du massage-bien-être, petit à petit, vous les ferez vôtres et trouverez votre propre style.

Sylvie vous présentera les différentes **huiles Vitalisées aux Plantes**. Ces huiles ont la particularité d'être « vivantes », elles portent les énergies, les qualités bienfaisantes des végétaux, comme la douceur, la sérénité, le lâcher prise... Leur mode de fabrication (proche des fleurs de Bach) leur permet d'avoir une action sur les différents plans physique, émotionnel, mental, spirituel... Vous découvrirez comment les choisir pour vous, pour une personne que vous allez masser, comment les appliquer...



Avec Sylvie Hetzel

Depuis 25 ans, elle œuvre en lien avec la nature, elle anime des stages de découverte de la vie subtile dans la nature, au sein de l'association Selva et écrit le livre « Nature au-delà du silence ».

Les **Huiles Vitalisées aux plantes** sont nées de cette rencontre avec les qualités subtiles des plantes et des arbres.

Sylvie Hetzel a également travaillé pendant 6 ans dans un centre de bien-être où elle a acquis une belle expérience du massage-bien-être et a reçu une formation de massage ayurvédique.

« Je me réjouis de pouvoir partager avec vous cet art merveilleux du massage, encore plus magnifique quand la personne peut être accompagnée non seulement dans son corps mais aussi au niveau de son âme avec des huiles qui transmettent l'énergie vivante des fleurs, des arbres, pour une véritable reconnexion avec son moi profond . »