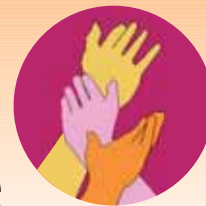


STAGES  
D'ÉTÉ 2008

# Mieux dans son corps Mieux dans sa tête



- Près de St-Tropez (83) : du 20 au 25 juillet 2008
- En Ardèche (07) : du 4 au 9 août 2008
- Près d'Aix-les-bains (01) : du 9 au 14 août 2008
- Entre Toulouse et Bordeaux (47) : du 23 au 30 août 2008

Bien au-delà d'une simple technique de détente ou de remise en forme, le toucher est **un merveilleux outil de connaissance de soi.**

Le toucher vous invite à renouer avec votre corps, à apaiser votre mental, à engager des relations plus authentiques et plus satisfaisantes. Il vous aide à mieux vous connaître et à réagir plus efficacement aux situations et au stress de la vie quotidienne.

- **Mieux appréhender votre corps** : ses messages, ses besoins, son histoire, son potentiel, ses ressources au travers d'un toucher juste, respectueux et adapté à vos besoins.
- **Explorer la relation** à vous-même et aux autres dans l'échange entre donner et recevoir.
- Expérimenter **différentes techniques de toucher** :

> **MASSAGE CALIFORNIEN** : un toucher sécurisant, nourrissant et enveloppant.

> **SHIATSU** : des pressions et étirements le long des trajets d'énergie du corps.

> **RELAXATION CORÉENNE** : une technique de détente par vibration apportant un lâcher prise profond.

> **RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE** :

un traitement des zones réflexes des pieds pour les maux de la vie quotidienne.

> **POLARITÉS ÉNERGÉTIQUES** : des impositions des mains pour rééquilibrer la circulation des énergies dans le corps.



*Vivre pleinement son corps, écouter ses messages et ses besoins...*

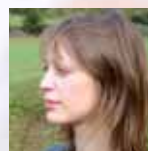
Amplifier les bienfaits du toucher, le prolonger dans le corps et dans la vie à l'aide de techniques d'intégration telles que le rêve éveillé, la visualisation, le mouvement, l'expression...

Ce stage est une excellente occasion de vous initier à la démarche de la formation à la Relation d'Aide par le Toucher® – Méthode Jean-Louis ABRASSART – qui débutera à l'automne 2008 dans différentes villes de France.

[www.toucher.fr](http://www.toucher.fr)



Bénédicte  
ROUSSEAU



Malika  
KERGOAT



Cathy  
FELIX



Natacha  
MULLER



Corinne  
DEFRANOUX



Marilyn  
EYMA



Véronique  
LIZÉ



My-Lè  
CASTAING

Toutes les formatrices sont certifiées à la Relation d'Aide par le Toucher® – Méthode Jean-Louis Abrassart.

• Près de St-Tropez (83) •

Du 20 au 25 juillet 2008

**TRIMURTI**, entre vignes, chênes lièges et arbousiers, surplombant la baie de St-Tropez, offre un site paisible et ressourçant, avec une cuisine de qualité sous forme de buffet, piscine à disposition.



Coût de la pension complète : de 42 à 78 €/jour selon l'hébergement.

Animé par :  
Bénédicte ROUSSEAU et  
Malika KERGOAT.

• En Ardèche (07) •

Du 4 au 9 août 2008

**MARELLES**, dans un joli hameau ardéchois, environné de chênes, de hêtres et de châtaigniers avec une magnifique vue sur les Alpes, vous profitez d'un accueil chaleureux, d'une nourriture végétarienne de qualité, de superbes balades en forêts et d'une piscine.



Coût de la pension complète : de 38 à 50 €/jour selon l'hébergement.

Animé par : Cathy FELIX et Natacha MULLER.

• Près d'Aix-les-Bains (01) •

Du 9 au 14 août 2008

**VAL D'OR**, dans cette ancienne maison du 17<sup>e</sup> siècle, au milieu des forêts et des cascades du Bugey, vous vous ressourcez dans une nature apaisante et une ambiance conviviale, cuisine soignée à tendance végétarienne, plaine de verdure.



Coût de la pension complète : de 55 à 67 €/jour selon l'hébergement.

Animé par : Corinne DEFRANOUX et Marilyn EYMA.

• Entre Toulouse et Bordeaux (47) •

Du 24 au 29 août 2008

**LE HAMEAU DES COQUELICOTS**, près d'Agen, ferme typique où trois maisons d'hôtes sont aménagées au milieu d'un vaste jardin, vous accueille dans une belle ambiance sereine et naturelle. À l'orée de la forêt landaise dans un décor de doux vallon, vous profitez d'une nourriture saine et locale et d'une piscine naturelle biologique.



Coût de la pension complète : 72 €/jour.

Animé par : Véronique LIZÉ et My-Lê CASTAING.

Tous les stages sont proposés en résidentiel et en pension complète. (Possibilité d'arriver la veille)

**COÛT DES STAGES (hors hébergement)**

320 € les six jours – Couple et moins de 25 ans : 300 €/personne  
Acompte à l'inscription : 100 € encaissé un mois avant le début des stages, non remboursable en cas d'annulation après cette date.

**SOMATOSYNTHÈSE**

Tél. : 04 75 04 21 02 • Port. : 06 98 50 11 62

E-mail : somatosynthese@toucher.fr • Site : www.toucher.fr



**BULLETIN D'INSCRIPTION**

A renvoyer à Somatosynthèse, 13 avenue d'aygu, 26200 MONTE LIMAR, accompagné de votre chèque d'acompte de 100 € à l'ordre de Somatosynthèse.

Nom .....  
Prénom .....  
Adresse .....  
.....  
Code postal [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] Ville .....  
..... Tél. ....  
E-mail : .....@.....

Je désire simplement recevoir le programme détaillé des stages et de la formation à la Relation d'Aide par le Toucher®.

**Je m'inscris au stage :**

- près de St-Tropez (83), du 20 au 25 juillet 2008.
- en Ardèche (07), du 4 au 9 août 2008.
- près d'Aix-les-Bains (01), du 9 au 14 août 2008.
- entre Toulouse et Bordeaux (47), du 24 au 29 août 2008.

Je n'oublie pas de joindre mon chèque d'acompte.

Date : .....

Votre contact formateur :

Signature :