

gratuit

n°222 • Novembre 2010

Mensuel • Ne paraît ni en janvier ni en août

www.agendaplus.be

Agenda PLUS

Bien avec soi, mieux avec le monde !

[R]évolution

*De la révolution extérieure
à l'évolution intérieure !*

- + plus de 600 activités !
- + Se préparer pour l'hiver
- + Aloe ferox, l'aloès sauvage
- + Les saisons & les fêtes cardinales

90
entrées
offertes !

Renouvelle les cellules
Anti-Allergie
Améliore la concentration
Déshydratant
Effet sur varices



Régularisation
du cholestérol
Vaisseaux propres
Circulation optimale
Vitalité à tout âge



Ligne info: **052/21 72 39**



SANTUREL INTER

Santé et vitalité au premier plan!

Vlasbloem 14 - 9200 Grembergen
Tél. 052 21 72 39 - Fax 052 20 36 69
Info@santurel-inter.com
www.santurel-inter.com

ÉDITION

ARPEGE Média Sprl
Rue de la Terre Franche, 31
5310 Longchamps [Eghezée]
Tél. 081 43 24 80
GSM 0498 645 915
Fax : 081 43 24 89
Compte n°360-1162751-18

COURRIEL

info@agendaplus.be

SITE INTERNET

www.agendaplus.be
Laurent DE VECCHI
laurent@agendaplus.be

RÉDACTION

Rédacteur en chef :
Olivier DESURMONT
olivier@agendaplus.be
Responsable Dossier :
Marie-Andrée DELHAMENDE
Ont collaboré à ce n°222 :
Catherine Cianci, Vanessa
Janssen & Ezio Gandin.

PUBLICITÉ

Catherine DELBROUCK
GSM 0474 411 544
catherine@agendaplus.be

ACTIVITÉS & ANNONCES

Isabelle DESPEYROUX
Tél. 081 43 24 80
isabelle@agendaplus.be

TIRAGE

40.000 exemplaires
Imprimé sur papier 100% recyclé

ÉDITEUR RESPONSABLE

Jean ANNET
jean@agendaplus.be

AGENDA PLUS FLANDRE

Yves NEVELSTEEN - 0497 549 615
yves@agendaplus.be

AGENDA Plus est disponible gratuitement dans les magasins d'alimentation naturelle & bio, les restaurants naturels, les librairies spécialisées, dans les centres de stages et chez certains thérapeutes, ostéopathes, acupuncteurs, homéopathes et médecins.

Les contenus publicitaires sont de la seule responsabilité des annonceurs
Ne paraît ni en janvier ni en août.

Photo de couverture :
© Kurhan - Fotolia.com

Notre imprimeur a reçu la norme environnementale ISO 14001.



avant-propos

nouveau paradigme vers un nouveau paradigme

Notre époque est merveilleuse. Elle est merveilleuse car nous sommes au coeur de grands changements. Notre niveau de conscience planétaire est arrivé à un seuil critique. Des individus s'éveillent chaque jour et, par la loi même de la résonance morphique [ou champ morphogénétique], modifient la conscience humaine globale. Et, forcément, le processus est exponentiel !

Nous nous ouvrons enfin à une approche moins mécaniste, moins séparée, des événements et de la vie. Grâce aux apports de la physique quantique, des travaux sur les expériences de mort imminente et autres études neuro-scientifiques de pointe, nous abordons le monde des énergies, de la mémoire cellulaire, de la non-localisation de la conscience et de l'interaction entre toute chose et tout être. Et, naturellement, nous nous tournons de plus en plus vers les médecines douces, énergétiques, holistiques et commençons à comprendre ce que les traditions premières enseignent depuis toujours : nous sommes à la fois esprit et matière et, bien que nos corps soient séparés les uns des autres, les particules bio-énergétiques de nos corps subtils interagissent sans cesse les unes avec les autres en échangeant des informations vibratoires à des vitesses qui dépassent notre entendement !

Puisse *AGENDA Plus* contribuer, à sa mesure, à ce changement de paradigme qui pointe à l'horizon des consciences, en offrant des pistes, des repères et des informations susceptibles d'aider à intégrer le processus de mutation en cours.

Olivier Desurmont

air du temps	5
à méditer... ..	7
approche nouvelle : [R]évolution, de la révolution extérieure à... ..	8
avant-premières : - Frédéric Lenoir, Michèle Decoust	23
- Dan Hourquescos & Michèle Zeidler	24
- Olivier Masselot	24
- Faux départ	25
- Laura Sheleen, Julos Beaucarne	26
- L'Université du Bouddhisme	27
autre regard : Les saisons & les fêtes cardinales	29
alimentation & santé : Se préparer pour l'hiver	33
alternative santé : Aloe ferox, l'aloès sauvage	37
aroma du monde... ..	43
au jour le jour [agenda conférences]	45
actualités positives	48
agenda des activités [ateliers, stages, cours, formations]	55
autant savoir	86
annonces classées	89
à écouter & à regarder	91
à lire	92
abonnement & grille annonces classées	94

PARA

ELE

7^{ème} Salon

des médecines douces
du bien-être
de l'ésotérisme
et du psychisme

20 & 21 Novembre

Samedi & Dimanche : de 10h à 19h



www. Ciney
expo
.be

OUI à la libre utilisation des plantes en U.E. !

L'industrie pharmaceutique, qui depuis quelques décennies tente d'éliminer toute concurrence, a presque atteint son but. Le 1^{er} avril 2011 - et ce n'est hélas pas un poisson - pratiquement toutes les plantes médicinales seront illégales dans l'Union Européenne.

La directive européenne pour les produits à base de plantes médicinales traditionnelles [THMPD] a, en effet, été décrétée le 31 mars 2004 [NDLR : une des stratégies du N.O.M. étant de post-poser l'application des lois pour les rendre plus facilement acceptables...]. Elle réglemente ainsi l'usage des produits à base de plantes qui étaient auparavant librement échangés... Plusieurs pétitions ont été initiées afin de pouvoir continuer à utiliser librement les préparations à bases de plantes, l'utilisation de plantes naturelles pour se nourrir et pour se soigner. Les pétitions visent aussi la protection des producteurs de plantes médicinales, herboristes et autres fabricants de préparations naturelles à base de plantes.

Marquons notre désaccord face à cette atteinte fondamentale aux libertés et droits de l'Homme en faisant connaître notre voix ! Exemple de pétition sur petitionduweb.com/Oui_a_la_libre_utilisation_des_plantes_medicinales-8047.html - lien direct sur agendaplus.be.

Nouveau Séquoia !

Après le succès des magasins bruxellois d'Uccle et de Stockel, saluons l'ouverture d'un nouveau magasin Séquoia à Waterloo ! Grâce à ce nouveau *bio concept store* de 800 m² [avec un parking de plus de 100 places], plus besoin de courir les boutiques pour faire ses courses... On y trouve absolument tout pour une vie saine & bio, sans faire l'économie de l'accueil et des conseils propres aux épicerie de proximité... *Que demandez de plus ?* Infos sur sequoiashop.com

Salon Energie & Habitat

Energie & Habitat est le seul salon belge exclusivement consacré à la performance énergétique et aux économies d'énergies dans le bâtiment. A cette occasion, les entreprises et marques les plus innovantes du secteur viendront présenter leur savoir-faire et leurs nouveautés en matière d'efficacité énergétique des bâtiments : *isolation, chauffage, ventilation, énergies nouvelles...* A côté de ces 250 exposants ciblés, *Energie & Habitat* proposera également : *des conférences, des expositions, des informations et des conseils en vue de réduire sa facture énergétique, des présentations de réalisations concrètes...*

Du 27 au 30 novembre prochains à Namur Expo. Infos sur energie-habitat.be

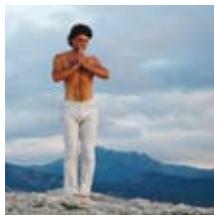
Le site du mois...

Réalisé et coordonné par l'asbl Réseau IDée, le site mondequibouge.be met sur le devant de la scène les enseignants, animateurs, citoyens actifs, collectivités et organismes qui proposent des activités et outils permettant aux enfants, aux jeunes et aux adultes de construire un monde équitable, solidaire et durable !

Au programme : *des clés pour comprendre, des gestes pratiques, des reportages, dossiers thématiques, références à voir ou à lire...* Pour susciter notre esprit critique et développer notre capacité à poser des choix autonomes éclairés !

20 entrées offertes sur notre site !





Annuaire 2011 plus

Vous êtes thérapeute, professionnel de la santé ou du développement personnel ?

Vous avez une association dans le domaine de l'écologie, de la spiritualité, ... ?

Vous avez un magasin bio, un centre ou êtes distributeur de produits naturels ?

Vous proposez des matériaux sains ou êtes professionnels de l'éco-bioconstruction ? ...



**Soyez présent dans
l'ANNUAIRE Plus 2011 !**

...et rejoignez les 3.000 références professionnelles réparties dans plus de 250 rubriques ciblées.

L'ANNUAIRE Plus 2011 est un supplément de l'AGENDA Plus, imprimé à 50.000 exemplaires, et distribué avec le mensuel de février, puis tout au long de l'année dans les magasins bio. Les informations diffusées sont aussi disponibles sur notre site www.agendaplus.be toute l'année 2011.

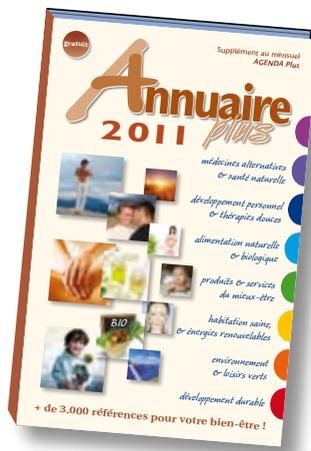
Comment procéder ?

Demandez-nous le formulaire ou inscrivez-vous directement sur notre site internet :

www.agendaplus.be

(onglet «PROFESSIONNEL»)

Clôture des inscriptions : 1/12/2010



miroir de soi l'autre-miroir

Les autres sont des miroirs qui nous renvoient notre propre image.

[Gao Xingjian]



[R]évolution

*De la révolution extérieure
à l'évolution intérieure !*

© Andrejs Pidjass - Fotolia.com

*Le monde est habité par
les conflits, les guerres, les
injustices. Lutter extérieu-
rement est indispensable.*

Mais cela ne suffit pas.

Alors, que faire ?

*Une piste à explorer :
prendre conscience que
nous pouvons réunir
l'action extérieure et la
démarche intérieure...*

Pour améliorer la société, des hommes et des femmes luttent. Il y a des militantismes nécessaires. Des droits sont sauvegardés ou acquis. Des lois pour protéger les plus démunis sont votés. Oui, mais.... les guerres continuent, les carnages et les génocides se perpétuent.

Et la violence, loin de diminuer, semble omniprésente. Lutter extérieurement ne suffit donc pas.

Considérons les années '60-'70. Ce sont des années remarquables à plus d'un point de vue. Des années où des personnes se sont réellement engagées aux côtés de certains groupes afin que leurs droits soient respectés. Les droits des femmes, des noirs, des handicapés, par exemple. Des droits élémentaires d'expression et d'égalité. Mais dans ces années-là, la plupart des militants et la plupart des personnes attirées par

un cheminement spirituel vivent dans deux mondes séparés. Ils ne se rencontrent tout simplement pas, ce sont deux groupes distincts, comme si leurs objectifs étaient totalement différents, voire opposés. Comme si l'intérieur et l'extérieur n'avaient pas de rapport entre eux.

Aux antipodes de l'activisme...

Pourtant, c'est dans les années '60 que les premiers mouvements d'exploration de la conscience firent leur apparition. Rappelons le fameux *Institut Esalen* né en 1962 à Big Sur, village-phare de la bohème artistique californienne, situé entre San Francisco et Los Angeles. Autre nom d'*Esalen*, tout à fait explicite : le «*Centre de développement du potentiel humain*». *Esalen* eut le mérite de brasser des idées et des tendances spiritualistes qui, jusqu'alors, n'avaient pas véritablement de lieu où s'exprimer. Nous ne pouvons pas imaginer qu'alors se mettait en place le terreau sur lequel s'est développée la culture spirituelle qui est la nôtre aujourd'hui.

Durant ces années '60-'70 s'origine toute une série d'approches ayant pour objectif le développement personnel de l'individu, à des niveaux physique, psychologique et spirituels Ceci comprend une quête de la vie vécue à un niveau de conscience modifiée. D'où des pratiques visant à donner une place à l'intériorité, cela par la méditation, l'assise, la respiration consciente, etc... Bref, toutes démarches qui sont aux antipodes de l'activisme et de l'action.

En effet, à cette époque, il faut imaginer que la majorité des militants pour une vie sociale meilleure [et ils furent nombreux] n'ont cure des méditants et vice-versa. Pourtant, certains firent le pas de quitter une militance pure

et dure au profit d'une démarche plus intérieure. Ceux-là opèrent des revirements, pressantant qu'une action seulement extérieure dans le monde ne peut le changer en profondeur.

En avons-nous réellement davantage conscience aujourd'hui ? Notre XXI^{ème} siècle n'est pas conscient, pas beaucoup plus que dans les années '60, du fait que changer les conditions extérieures seulement ne semble pas être efficace. Il semble en effet que bon nombre d'individus, dont de nombreux décideurs, restent immergés dans une logique ancienne. La logique d'une société toute vouée au concept d'une croissance infinie. Notre monde, celui dans lequel nous vivons, est taxé par les philosophes comme une société «hyper moderniste». Beaucoup d'«hyper» effectivement : *hyperconsommation, hypercapitalisme, hyperindividualisme, hyperinformation... !*

Point de vue autre

«*Le XXI^{ème} siècle sera religieux ou ne sera pas*», a dit André Malraux. C'est cette maxime que Mr Tout-le-Monde a retenu pour caractériser le XXI^{ème} siècle, ceci parmi les milliers de phrases émises par des savants, écrivains, penseurs, économistes. Et il est vrai que la sphère religieuse prend beaucoup de place dans les consciences. Les fanatismes religieux font rage et les vieilles morales patriarcales signent et persistent. La religion a une face obscure qui nous divise et nous désunit.

Et paradoxalement, la religion a aussi une face lumineuse quand elle va dans le sens de son étymologie «relier» : c'est la spiritualité. La quête de sens et de spiritualité fait également partie de la vie de l'individu hypermoderne du XXI^{ème} siècle.

Qui dit spiritualité dit, notamment, «intériorité» et changement de point de

Dormez bien !



Dormez sain !



CONDITIONS ANNIVERSAIRE
tout le mois de
Novembre 2010*
-30%
*hors promotion



MATELAS
mémoire de forme
végétal ép. 24 cm

Fleur de camomille - huiles essentielle
duvet régulateur de chaleur et d'humidité

la parfaite harmonie avec la nature !

MY BED Shop Waterloo

Ch. de Waterloo 716 - 1410 Waterloo - T. 02 385 36 73

MY BED Showroom

Rue de Beurieux 56 A - 1490 Court-St-Etienne - T. 010 61 60 21

MY BED Shop Anderlues

Ch. de Mons 294 B - 6250 Anderlues - T. 064 21 51 15

MY BED Shop Kampenhout

Ch. d'Haacht 380 - 1910 Kampenhout - T. 016 58 55 92

My-bed-collection@skynet.be - www.mybed.be



vue sur la réalité. A partir du moment où l'on change de point de vue, tout peut changer, tout peut commencer à vivre autrement, à être mis en relation autrement. C'est le fameux changement de paradigme que Marylin Ferguson évoquait dans son visionnaire «*Les enfants du Verseau*». Changer de paradigme, c'est changer le cadre des définitions et des représentations que nous avons de la réalité. La réalité est vue et conçue autrement. Ceci à partir de l'intérieur. Mais qu'y a-t-il à l'intérieur ?

Le monde-miroir

Ce que le monde contient de carnages, guerres, génocides, viols, meurtres crapuleux, tortures, saccages et injustices, ne le portons-nous pas individuellement chacun en nous ? N'avons-nous pas eu, chacun, dans les tréfonds de notre inconscient, des pulsions violentes ? Des envies de tuer ? Ne sommes-nous pas injustes et partiaux ? Ne sommes-nous pas quelquefois déchirés par des guerres intérieures ?

N'avons-nous pas envie de nous approprier ce qui ne nous appartient pas, les biens d'autrui, ou leurs talents ? Ne manipulons-nous pas, ne mentons-nous pas, ne nous illusionnons-nous pas sur nous-mêmes ? Oui, bien sûr, tout cela nous l'avons en nous. Mais aussi la solidarité, le courage, la loyauté, la générosité, la lucidité, la beauté intérieure. Tout cela fait notre humanité.

Ce monde, dans lequel l'être humain vit actuellement, il l'a construit à son image. Il en a fait ce qu'il est, avec ses horreurs et ses beautés. Le monde est son miroir, ni plus, ni moins. C'est une réalité qu'il a créée.

On a désormais intégré [plus ou moins depuis Einstein] l'idée que la matière est constituée d'énergie. On peut décliner le monde et la réalité solide en ondes, fréquences vibratoires, oscillations électriques et électromagnétiques. Il n'est pas difficile de concevoir que l'ensemble des émotions, des pensées et des actes des millions de personnes qui peuplent la terre constitue une formidable énergie qui est projetée à l'extérieur...

...mais nous évoluerons !

Alors, en postulant que le monde est le miroir de la conscience humaine collective, que faire ? Se désoler ? Certes



pas. Les alarmismes de tous bords ne servent finalement qu'à augmenter les peurs. Se changer ? Puisqu'individuellement, chacun de nous participe à créer le monde par ses pensées, ses émotions, ses actes, il semble que la voie soit de se prendre en charge. Mais pouvons-nous nous changer seulement parce que nous le voulons ? Et est-ce vraiment la solution que de se changer ?

A ces questions, on peut répondre par le simple bon sens. C'est le temps qui nous fait et fera comprendre certaines choses, qui nous fera nous élargir. C'est la vie qui nous enseignera. Ce sont les expériences que nous faisons au cours

des ans et le regard que nous posons ensuite sur ces expériences qui nous donnent des bribes de sens. Peut-être emprunterons-nous de multiples chemins tous différents selon les époques de notre vie, pour évoluer. Mais nous évoluerons. Pas en nous forçant. Nous évoluerons naturellement. On ne reproche pas à un enfant de 5 ans d'agir comme un enfant de 5 ans. Ainsi en est-il de même pour chacun d'entre nous. Nous évoluons selon notre rythme. Pourvu que nous soyons conscients. Pourvu que nous soyons présents. Par ailleurs, dès qu'on met de la présence dans ce que l'on fait, on est davantage conscient de ses véritables besoins à tous les niveaux, ce qui amène à réellement changer sa façon d'être au monde. Mettre de la présence équivaut à mettre de la conscience.

Le monde agrandi

Dans pas mal d'approches, on parle de «mission». Chacun aurait une mission à accomplir ici, dans le plan matériel. Le mot «mission» est parfois un peu pompeux. Mais ce qu'il signifie vaut la peine qu'on s'y arrête. La mission de chacun,

c'est peut-être tout simplement d'être tel qu'il est. En étant soi-même le plus possible, présent au monde, il se peut alors que le monde soit agrandi d'une énergie vivante, c'est-à-dire d'une énergie qui s'écoule librement. Car chacun est le canal par où l'énergie de la vie se manifeste. Et l'expression de la vie à travers chacun d'entre nous est unique. En effet, si nous sommes chacun unique, [et nous le sommes !], la vie qui s'écoule à travers chacun d'entre nous s'écoule, elle aussi, de façon unique. Peu importe que nous ne trouvons pas que nous ayons un don particulier, un talent ou quelque chose de remarquable. Ce qui importe, c'est de laisser couler la vie à travers nous sans lui faire obstacle.

Ceci dit, parce que nous sommes là, présents dans le plan matériel, nous aspirons à nous y réaliser. Chacun éprouve de la joie là où il peut donner au monde le meilleur de ce qu'il a en lui. Cela n'est pas stéréotypé. Le meilleur peut être bien éloigné des images toutes faites et idéales. Ce qui nous est le plus naturel dans le présent est pour nous le meilleur.

Le plan de la matière et celui de l'âme

En tant qu'être humain, nous expérimentons le plan matériel, car nous y sommes engagés. Il nous appartient d'en faire pleinement l'expérience à travers l'individualité et la séparation. Autrement dit, on crée, on réalise, on construit, on se différencie les uns des autres, tout autant en tant qu'individus qu'en tant que groupes et nations. Mais il se peut aussi que l'humanité ait été trop loin dans cette expérience. A force de se séparer, on se tire dessus.



Je, soussigné, Loïc Le Ribault
certifie que le produit diffusé par la société
Silicium España est en tout point conforme
à une formule "G5" et est diffusé
avec mon accord.
le 3 août 2005, *Loïc Le Ribault*



"Les experts en Silicium"

Conforme à la nouvelle réglementation
européenne Produit Buvable et Légal

NOUVEAU!  **Silicium G5 Siliplant**
SILICIUM ORGANIQUE, BIEN-ÊTRE ARTICULAIRE ET GÉNÉRAL

Nouvelle génération de silicium buvable d'origine naturelle.

Produit adapté à la nouvelle réglementation européenne.

Très efficace, Méthode Loïc Le Ribault.
Os et articulations. / Sans conservateurs.



NOUVEAU!

 **CITROFLASH**
1000

SYSTÈME IMMUNITAIRE ET DIGESTIF



Complément alimentaire composé d'extrait de pépins de pamplemousse, grenade, groseille et acérola.

Bioflavonoïdes + Vitamine C. Agriculture Biologique.

En gouttes, renforce le système immunitaire.

NOUVEAU!



Orgono - Col

CHOLESTÉROL

Nouveau Produit qui réunit les bienfaits de la Levure Rouge de Riz, le Resveratrol et le DHA. Ces ingrédients aident à la régulation des niveaux de cholestérol et de triglycérides.



 **G7 Light Legs**

JAMBES LOURDES, VARICES



G7 Light Legs agit efficacement sur les jambes lourdes et produit une sensation immédiate de légèreté, fraîcheur et confort. Son application aide à une meilleure relaxation et défatigue considérablement les jambes. La formule du G7 Light Legs contient du silicium organique qui se conjugue avec des huiles essentielles et des extraits végétaux comme le Ruscus, le Fucus Vesiculosus, une algue accélérant l'élimination des stases graisseuses et le Marronnier d'Inde, qui favorise la circulation.

Health XL. Wijngaardstraat 7. B - 2800 Mechelen

 **WEB: www.siliciumG5.com**

 **TEL: 0477 / 38 06 06**

PRIX APPEL LOCAL

Nom et prénom: _____

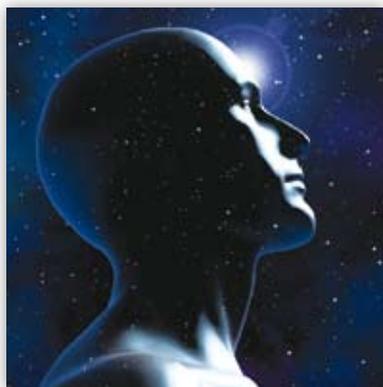
Adresse: _____

CP: _____ Ville: _____ Tél: _____

Je souhaite recevoir la documentation sur la gamme G5, Orgono et G7, et des échantillons gratuits de gel de silicium organique.

AP-10-10

Aussi est-il important de réaliser, à l'époque présente, que nous sommes unis. Nous sommes unis sur le plan de la conscience, de l'esprit, de l'âme. Appelons cela comme nous le voulons. En d'autres mots : matière et esprit sont un. L'un des défis majeurs de notre époque et de nos sociétés est de réunir ces deux plans. On peut formuler ce défi en d'autres mots : il s'agit de mettre ensemble la démarche spirituelle et la démarche sociétale. L'un et l'autre sont reliés.



© Antonis Papantoniou - Fotolia.com

c'est la tentative des *Créatifs Culturels*. Qu'est-ce ? Etrange dénomination que celle-là, un peu intellectuelle, mais qui fait partie désormais des mots-clés à connaître si l'on s'intéresse tant soit

peu à tout ce qui concerne les questions d'évolution et de société. On pourrait dire des *Créatifs Culturels* qu'ils sont un groupe culturel directement héritiers des valeurs du «New Age». Plus personne n'a envie d'être étiqueté «New Age», vu les connotations qu'il véhicule. Le «New

Age» est quelque part suspect. Trop illuminé, trop marginal. Rendons cependant à César ce qui est à César : le mouvement «New Age» a été pionnier, et les valeurs de bien-être, de recherche d'harmonie et de sérénité, d'ouverture

Ecologie et spiritualité dans le grand public

Mettre ensemble ces deux démarches,



Prix belge de l'Énergie et de l'Environnement

Le premier Prix qui vise à récompenser l'ensemble des acteurs actifs et innovatifs dans le domaine de l'énergie et de l'environnement.



Vous êtes

Une institution

Administration, école, université, hôpital, maison de jeunes ...

Une commune

Ville ou village

Un citoyen

Que ce soit à titre privé ou dans le cadre de vos activités professionnelles

Une entreprise

Industrielle, agricole, de services, de construction, de commerce, de transport ...

Participez gratuitement au Prix pour faire valoir votre savoir-faire, vos réalisations, vos efforts et vos contributions à la société de demain !

Des entreprises et institutions leaders dans les domaines de l'environnement et de l'énergie remettront 13 Prix dans le cadre d'un prestigieux événement médiatique le 27 mai 2011.

"Focus your energy on climate" Karel Hobart

Information et inscription :

Nathalie Nicosia +32 (0)4 221 58 68

www.eeward.be














au concept d'énergie, de guérison globale, et de bon nombre de recherches pionnières présentes actuellement dans notre société lui sont redevables.

Mais il est loin le temps où la pratique de n'importe quel art martial, comme l'aïkido par exemple, était suspecte. Actuellement, on peut très bien être chef d'entreprise et pratiquer l'aïkido, ou le yoga ! Les valeurs écologiques et spirituelles ne sont pas le fait de la marginalité, elles sont vulgarisées et appartiennent à la majorité. Il suffit d'ouvrir n'importe quel magazine pour s'en apercevoir. Ceci dit, la profondeur n'est pas toujours au rendez-vous, mais qu'importe ? Chacun s'approprie les choses comme il en a besoin et à son niveau de profondeur.

Une nouvelle culture est donc en marche et en train d'advenir. Elle fut repérée et diffusée en Amérique, puis en France par les éditions Yves Michel qui publièrent en 2001 une grande enquête sur ce nouveau groupe culturel, appelé «*Les Créatifs Culturels*».

Cette enquête eut lieu durant 12 années auprès de milliers de citoyens américains. Les conclusions de cette enquête et l'analyse du nouveau groupe culturel en question sont tout à fait exportables en Europe. En effet, l'enquête met à jour que depuis les années '60, les années «New Age», des millions de personnes ont profondément modifié leur façon de vivre et de penser le monde. Ces millions de personnes, parce qu'elles sont créatives et innovantes, et en train de forger la culture porteuse de valeurs positives du XXI^{ème} siècle, ont été appelées les «*Créatifs Culturels*». Nous pouvons nous reconnaître comme étant acteurs de cette culture par plusieurs aspects. Agir de façon privée à tous les niveaux. Le plus remarquable est sans doute que de plus en plus de personnes se détournent des instances politiques, auxquelles ils ne croient plus, pour faire un travail

Rando-atelier désert Tunisien

du 5 au 12 mars 2011

Voyage à cœur ouvert...

Environ 4 heures de marche par jour, parfois en silence.

En début et fin de journée, mouvement, méditation, temps de partage et d'échange, ateliers, musique, chant, convivialité avec les chameliers.

Anne-Cécile Annet vous accompagnera dans ces moments privilégiés, inoubliables ; elle mettra au service du groupe son amour du désert et des univers intérieurs, son expérience d'animatrice de groupe, d'accompagnatrice en psycho-corporel et de formatrice en communication. Son rire et son humanité aussi.

Pour tous ceux qui veulent s'offrir un temps de rencontre avec eux-mêmes, avec d'autres et avec la nature.

... à la rencontre de soi
et des autres



avec Anne-Cécile Annet

Tél. +32(0)81 21 62 43

ou +32 (0)497 022 344

Email : annet.ac@belgacom.net

Renseignements et inscriptions
www.lamiduvent.com

personnel de changement qui s'exprime dans leur vie. Faisant cela, ces personnes postulent ainsi que chaque changement individuel allant dans le sens d'une pacification est plus agissant que toutes les lois extérieures et générales.

Le pouvoir d'action dans une sphère privée est tout à fait efficace. Si plusieurs millions de personnes se mettent à consommer de façon responsable et à vivre en s'alignant sur leurs besoins plutôt que sur les diktats de la publicité, cette action collective aura sans conteste un effet sur le marché... et accroîtra la conscience collective composée de toutes les consciences individuelles.

et une intégration. Du temps toujours. Et de la motivation. Extrêmement rares sont les personnes qui changent radicalement leur mode de vie en fonction de leurs nouvelles valeurs. Même si l'on croit à de nouvelles valeurs, l'action dans la vie quotidienne est plus lente... sans doute la matière de nos vies quotidiennes est-elle plus lourde que le domaine où se meuvent les pensées. Mais certains secteurs de la vie sont revus. D'autres en revanche restent en jachère. Chacun fait toujours à son rythme et selon sa nécessité. Il en est d'ailleurs de même pour les processus psychologiques.

Les Créatifs Culturels*



© sakura - Fotolia.com

Qui dit nouvelle culture dit nouvelle façon d'appréhender le monde et de lui donner du sens. Les caractéristiques suivantes composent la culture du groupe des *Créatifs Culturels* :

- La solidarité, l'accomplissement de soi et la spiritualité sont profondément reliés. Ce qui est notable, c'est que plus les valeurs de spiritualité et d'accomplissement

de soi sont présentes dans leur vie, plus leurs actions sociales et la solidarité sur le plan social deviennent importantes.

La nouvelle culture en marche se manifeste à tous les niveaux, autrement dit, dans la façon de gérer le temps, de consommer, d'habiter, de manger, de s'habiller, de gagner de l'argent. Tout le mode de vie est revu. Ceci dit, chacun introduit certains changements plutôt que d'autres en fonction de ses goûts et de ses inclinations. Changer individuellement, dans sa façon de vivre, demande du temps. Comment en effet introduire certains changements dans la vie quotidienne afin que ces changements s'enracinent en conditionnements positifs ?? C'est toute la question. Cela suppose une expérimentation

- La mise en avant des expériences personnelles prime. Les *Créatifs Culturels* préfèrent les témoignages aux comptes-rendus des journalistes soi-disants objectifs. Ils se méfient aussi, dans la même logique, de tout tapage médiatique, des engouements, des modes passagères. Ils apprécient aussi d'avoir une vision d'ensemble large à l'échelle planétaire. Deux façons donc de donner du sens à la réalité : l'expérience personnelle et la vue d'ensemble.

- Les *Créatifs Culturels* vont réellement

GRAND CONCOURS
Rempportez des paniers garnis bio sur www.quatresaisons.be
Code : agenda plus

terra
VERDE
ÉPICERIE biologique

gusto
VERDE
ÉPICERIE naturelle

sana
VERDE
BIEN-ÊTRE biologique

Naturellement bon.
Depuis 1983, Les Quatre Saisons est active dans la transformation, le conditionnement et la distribution de produits secs biologiques et naturels. Les Quatre Saisons, un gage de qualité au prix le plus juste dans vos rayons... ou sur votre table !
Pour devenir revendeur ou connaître la liste de nos points de vente, rendez-vous sur www.quatresaisons.be !

Les Quatre Saisons - rue Zénoabe Gramme 1 • 4821 Dison - Andrimont
Tél : + 32 (0)87 30 03 01 • info@quatresaisons.be • www.quatresaisons.be

Lille - Grand Palais
Du 26 au 28 novembre 2010
de 10h30 à 19h30

NaturaBio!
*Naturez-Vous**

10^{ème} Salon
du bien-être
au naturel,
de l'habitat sain
et des produits
bio

200 exposants
40 conférences
Restauration et vente
Conseils et animations

A PRO BIO
Cultivons notre santé

mres
mission régionale
de développement
et de solidarité

7 lieux

Mieux - Être.org

Programme détaillé et invitations à retirer auprès des magasins partenaires bio, et sur
www.salon-naturabio.com
Organisation : Expo Conseil - Tél : 03 20 57 75 78 - info@expoconseil.com

s'engager et agir sur le long terme à partir du moment où il y a une motivation personnelle authentique. S'ils donnent leur temps et leur argent, ils apprécient particulièrement de suivre du début à la fin tout le processus d'un projet de façon personnalisée.

- L'écologie mondiale et le bien-être des peuples de la Terre sont l'une de leurs préoccupations majeures. Conséquences : il est important de consommer moins et de développer un mode de vie respectueux de la durabilité écologique.

- La place des femmes dans le monde, leurs valeurs, leurs façons d'être au monde, sont évidentes pour les Créatifs culturels masculins et féminins. La distinction des sexes d'antan, effectuée de façon stéréotypée, est caduque.

De l'ombre et de la lumière

Pourquoi y-a-t-il eu le développement de cette nouvelle culture qui se caractérise par des valeurs majoritairement positives, solidaires, respectueuse de la planète Terre ? Pourquoi cette culture, qui se réclame à la fois d'une dimension sociale, écologique et spirituelle, s'est-elle mondialement propagée et vulgarisée [dans le bon sens du terme] ? L'une des hypothèses est que là où il y a beaucoup d'ombre, la lumière brille.

Il y a, de façon croissante depuis quelques décennies, un désordre manifeste à tous les points de vue. Pour cette raison, les changements sont en route et ils sont profonds.

Sans chocs que notre société, voire notre civilisation, traverse, il n'y aurait

pas besoin de changer. Pourquoi changer si tout va bien ? Mais c'est l'inverse qui se produit actuellement. Plusieurs facteurs le montrent, pareils à des signaux clignotants avertisseurs d'un danger. Ainsi, les modèles économiques qui ont eu cours jusqu'à maintenant ont clairement montré leur inadéquation, avec notamment la crise financière mondiale, la faillite des banques, les dérèglements de la Bourse et toutes les difficultés sociales et les conflits qui l'accompagnent. Un autre clignotant rouge parmi d'autres : le dérèglement climatique qui se manifeste notamment par des raz-de-marée, des incendies graves, des inondations, etc...

Tout nous invite, dans ces dérèglements, à changer. L'autre terme pour «changer», c'est évoluer...

D'une phase à une autre



© aris sanjaya - Fotolia.com

Il est peut-être utile ici d'élargir le débat en se penchant sur le processus évolutif. A partir d'un moment, on passe d'une phase à une autre. Quand passe-t-on d'une phase à une autre ? A partir de quand change-t-on ? On change à partir du moment où l'on a besoin de changer tout simplement. Et où cela devient possible. Cela devient possible lorsque la énième personne d'un groupe est présente, lorsque la énième pensée de changement est à l'œuvre ; cela devient possible à partir d'un «+1». Lorsque le moment est arrivé et que ce nombre est atteint, advient, selon Peter Russel notamment, un bond quantique d'un niveau de complexité à un autre. Autre constat effectué par de nombreux observateurs : l'accélération de l'évolution. De l'ère industrielle à l'ère de l'in-

et si ce n'était pas ...
seulement de l'éclairage ...

LUXIA
NOVA



une oasis de quiétude
issue de la
technologie P.I.E



02/344.08.58
www.uni-vers.net

BOL d'air.
René Jacquier

Méthode d'Oxygénation Biocatalytique



Appareil Tonic® modèle familial
Existe en bleu et transparent

...et tout devient plus clair !

Fatigue, stress, mal-être ... les premiers effets du manque d'oxygène se ressentent au niveau de notre humeur, de notre capacité d'attention ou de mémorisation. Méthode unique d'Oxygénation Biocatalytique, le Bol d'Air® reproduit, à l'aide d'un appareil et d'un composé terpénique, les conditions naturelles les plus favorables à une meilleure assimilation de l'oxygène au niveau cellulaire, sans hyperoxygénation et sans risque radicalaire.

Parce que toute votre santé en dépend...

Conférences - Congrès - Salons
Informations et formations

Holiste
LABORATOIRE ET DÉVELOPPEMENT

Holiste Belgique - Francine Delvaux
22 rue du Chalet - B-4920 AYWAILLE
Tél : 0474 212 747
Mail : delvaux.boldair@skynet.be

Je souhaite recevoir une documentation complète

NOM

Prénom

Adresse

CP Ville

Mail

Tél.

01/02/2002 10:00

LA RECONNEXION®

Apportez une fabuleuse accélération à votre évolution sur le chemin de la vie

La Reconnexion®

A l'origine, les méridiens de notre corps étaient liés aux réseaux de la Terre et de l'Univers.
Par le biais d'une nouvelle fréquence en phase avec les mutations que connaît le monde, la Reconnexion réactive ces lignes et permet un flux d'énergie, d'information et de Lumière.
Elle assure la reconnexion des brins d'adn et la réintégration des cordes de l'univers.

La "Guerison Reconnective"®

Elle transcende tout ce dont vous avez entendu parler jusqu'ici et favorise des changements tangibles dès la première séance.
Les fréquences de lumière et d'information permettent le soin du corps, de l'âme et de l'esprit.

www.thereconnection.com by Eric Pearl

Charleroi – Patricia Mignone
0478 43 68 48

Gembloux – Geneviève Legrand
0497 602 772

Grez-Doiceau – Brigitte Flahaux
0479 576 219

Liège – Isabelle France
0494 396 959

Namur – Micheline Bar
0476 629 380

Namur – Jean-François Buchet
0497 425 756

Uccle – Fabienne Delheid
0496 696 999

EVA
util é bio

Fontaines et Alcaliseur EVA

Distribués par UtiléBio dans votre magasin BIO

Filtrez efficacement votre eau*
Buvez
une eau purifiée et reminéralisée
Economisez**
du temps et de l'argent

*Élimine plus de 98%
des substances nocives :
plomb, chlore, nitrates,
produits chimiques et microbes
(salmonelles, E. coli...)

**Remplacez
votre cartouche
de filtration ULTIMATE
tous les 9 mois

Libérez l'énergie naturelle de l'eau

L'alcaliseur Eva Movoda vous aide à lutter contre les déséquilibres acido-basiques causés par notre rythme de vie.
Il vous accompagne partout afin de combattre :
stress, pollution, alimentation déséquilibrée.

Les éléments minéraux naturels
composant l'Alcaliseur Eva Movoda :

- Calcium Magnésium
- Calcium micro Silice
- Calcium L'acétate natif
- Calcium P1
- Calcium Argile rouge
- Calcium Charbon

Filtre efficacement votre eau... Sans branchement électrique, sans connexion sur votre arrivée d'eau.

Fontaine et Alcaliseur EVA pour filtration d'eau

4, rue Pasteur - 28120 Illiers-Combray - France - Tél. : +33 2 37 24 13 12 - GSM : +32 476 853 410
E-mail : contact@utilebio-france.com - www.utilebio-france.com

formation dans laquelle nous sommes, il a fallu peu de temps et encore moins de temps pour passer à l'ère qui s'amorce. On pourrait dire pour simplifier qu'auparavant on évoluait lentement... et que maintenant tout se passe très vite. Le rapport au temps n'est plus le même. Il y a accélération des changements et nous ne sommes pas encore assez outillés pour intégrer tous ces changements. Or, on peut postuler que nous avons besoin de nouveaux outils afin de nous adapter pour vivre dans la réalité....

Nous évoluons ensemble

Pour qu'il y ait changement de point de vue, et donc réel changement, il faut que l'outil par lequel on appréhende la réalité ne soit plus le même. Notre outil, c'est notre conscience. Si nous avons toujours le même vieil outil pour appréhender la réalité, il n'est pas sûr que quelque chose change réellement en profondeur. On ne fera que changer les idées et les opinions, on essaiera de faire du neuf avec de l'ancien. Or, le neuf se fait avec du neuf...

Peter Russel postule que l'humanité dans son ensemble est sur le point de franchir une nouvelle étape de l'évolution planétaire et que nous nous acheminons vers une «planétarisation de l'humanité en une seule et vaste entité». On ne peut évidemment pas s'empêcher de penser aux années 2012 qui, d'après le calendrier maya, annoncent également un passage qui est interprété parfois bien différemment, soit comme une fin des temps extérieure, soit comme le passage dans un autre état de conscience.

Quoiqu'il en soit, nous évoluons ensemble. Nous sommes quelque part unis

au sein d'une même réalité. Nous pouvons nous représenter cette réalité bien différemment, selon nos conceptions et nos systèmes de croyances. Nous pouvons dire : c'est vrai que nous faisons partie d'une même humanité. Ou encore : nous sommes ensemble parce que nous sommes unis au sein d'une même conscience. Qu'importe ? L'essentiel est que nous sachions que dans la profondeur, nous ne sommes pas séparés. Nous sommes interdépendants et interconnectés. Et le sachant, le sentant, le vivant, nous passons à l'action intérieure autant qu'extérieure, l'une étant liée à l'autre.

Marie-Andrée Delhamende

Livres :

- P. Ray et S.R. Anderson, «L'émergence des Créatifs Culturels», Editions Yves Michel.
- Assoc. Biodiversité Culturelle, «Les Créatifs Culturels en France», Editions Yves Michel.

**L'émergence des Créatifs Culturels passe aussi par la Belgique ! La 2^{ème} grande rencontre des C.C. s'est d'ailleurs tenue fin septembre à l'abbaye de Floreffe et a rassemblé des centaines de participants ! Infos réseau, activités, groupes thématique sur www.creatifsculturels.be*



-15 %
sur toutes les lampes
de sel de Pologne !

Valable jusqu'au 30/11/2010
sur présentation de ce bon.

la Grotte de Sel

Centre de bien-être à l'air marin gorgé d'oligo-éléments, de sels minéraux et d'ions négatifs

1 séance de 45 minutes dans La Grotte de Sel vaut les bienfaits de 3 jours à la mer !

Renforce l'organisme en cas de fatigue, stress, sinusite, asthme, bronchite, hypertension, manque d'iode,...

Séances & activités : Didgeridoo - Conteuse - Massage assis - Sonologie
Sophrologie - Relaxation sonore avec Bols Chantants & Gongs

Psycho-Astrologie & coaching

Boutique : • Grand choix de lampes de sel de Pologne

(neutralisent les ondes électromagnétiques des TV, ordinateurs,...)

- Sels thérapeutiques pour bronches, peau, rhumatismes, ...
- Pipes à sel - Purificateurs d'air Salin® - Elixirs de cristaux
- Macérats de graines germées

Massages thérapeutiques & relaxants :

Harmonisant - Thaïlandais - Suédois - Rééquilibrant - Ayurvédique
Aux pierres chaudes - Aux huiles essentielles - Réflexologie plantaire
Shiatsu - Massage Sonore par Bols Chantants - Reiki

Infos & réservations : 02 742 19 92

Rue des Atrébates, 20 à 1040 Bruxelles - www.lagrottedesel.com

PARABOLIC BIOLOGICALS

SORTEZ DU LOT PASSEZ L'AUTOMNE EN TOUTE QUIETUDE



Pour combattre l'humeur maussade
PARA MILLEPERTUIS



Pour les pieds et mains froids
PARA PETITE PERVENCHE



Pour un effet positif sur la circulation
PARA OLIVIER

ESSAYEZ L'EFFET MICROBILLES ET RELARGAGE RETARD POUR DES RESULTATS ENCORE MEILLEURS ET PLUS RAPIDES.
PRODUITS 100% NATURELS 100% BIODISPONIBLES ET STANDARDISES SUR BASE DES PRINCIPES ACTIFS.

PARABOLIC BIOLOGICALS

Rue de l'Ecluse 2 | 1320 Beauvechain | Tél : 00 32 10 81 83 60 | e-mail : parabolic@parabolic.be | www.bioparabolic.com



10 entrées
offertes !
voir site A+

Frédéric Lenoir

L'humanisme spirituel en réponse à la crise



On ne présente plus Frédéric Lenoir. Philosophe, spécialiste des religions et auteur prolifique, il est aussi homme d'ouverture et de communication. Il est par ailleurs directeur du magazine «*Le monde des religions*». En partant du constat que les modes de fonctionnement qui conduisent à l'impasse que l'on connaît aujourd'hui sont le matérialisme consumériste et le dogmatisme religieux, il propose une autre voie, celle de l'humanisme spirituel. Une dimension commune à trois maîtres de vie, le sage Bouddha, le philosophe Socrate et le

prophète Jésus dont les messages, au-delà de leurs différences et loin d'une vision obscurantiste et dogmatique, ouvrent sur une inspiration éclairante pour répondre à la question essentielle des humains en quête de sens : pourquoi je vis ?

Frédéric Lenoir animera une conférence «Pour un humanisme spirituel : une vraie réponse à la crise», le 2/12 [20h] à Bruxelles - voir agenda «au jour le jour» -

10 entrées
offertes !
voir site A+

Auroville

Une Terre pour demain un film de Michèle Decoust



© D. Fresne

Surgie en 1968 de la vision de Mère, compagne spirituelle du grand sage Sri Aurobindo, Auroville est une communauté cosmopolite de 2.000 habitants et 43 nationalités au Sud-Est de l'Inde. A ses débuts, Auroville était un désert que ses pionniers ont dû reconquérir. Quarante ans plus tard, deux millions d'arbres ont été plantés, et les innovations écologiques de cette cité unique rayonnent en Inde et dans le reste du monde : ils répondent aujourd'hui aux défis majeurs de notre Planète menacée. A travers une dizaine de portraits

de pionniers, ainsi que d'une nouvelle génération d'entrepreneurs inspirés, le film met en lumière tous les potentiels d'Auroville, fruits d'une alliance entre écologie et spiritualité, travail intérieur et extérieur, et d'une Humanité qui veut se réconcilier tout autant avec elle-même qu'avec sa Terre nourricière.

Michel Decoust présentera son documentaire «Auroville. Une Terre pour demain - Vers une écologie spirituelle» le 18/11 [20h] à Bruxelles - voir agenda «au jour le jour» -

10 entrées
offertes !
voir site A+

Dan Hourquescos Michèle Zeidler

Les saisons, un lien entre l'Homme, la Terre et le Ciel



Dan Hourquescos est ostéopathe, il anime des conférences et des stages développant la connaissance et la pratique de la science des chakras. **Michèle Zeidler** est psychologue clinicienne, elle anime entre autres des ateliers biographiques. Tous deux sont porteurs du même esprit de recherche et d'expérimentation de la Sagesse du Vivant. *Pourquoi retrouver le sens sacré des fêtes cardinales ? Comment harmoniser un chemin de croissance avec la respiration annuelle de la Terre ? ...*

En témoignant de leurs parcours, Michèle et Dan partageront ces 4 moments d'arrêts où le corps, la conscience sociale et l'intégration spirituelle s'harmonisent avec les grandes lois de l'univers.

Dan Hourquescos et Michèle Zeidler animeront un 1^{er} cycle de 5 conférences sur le thème «L'hiver et la fête de Noël», le 26/11 [20h] à Bruxelles, le 29/11 [19h30] à Liège, le 30/11 [19h30] à Gembloux, le 2/12 [20h] à Namur et le 3/12 [20h] à Nivelles ; ces conférences seront suivies d'un stage les 11-12/12 à Liège - voir agenda «au jour le jour» et l'article en page 29 - [pour le stage, consultez le site www.agendaplus.be]

10 entrées
offertes !
voir site A+

Olivier Masselot

Transurfing et Neurosciences



«Le développement personnel, c'est stimuler l'utilisation de la partie transcendante de son cerveau - le préfrontal - par une succession de prises de conscience individuelles».

Olivier Masselot, coach certifié - *life coaching, neurosciences et organisations* - a toujours écouté sa passion au travers d'une vie riche, jalonnée par une NDE et une leucémie. Fasciné par tous les liens entre physique quantique, neurosciences, spiritualité et PNL, Olivier développe une approche qui fait appel au ressenti profond de chacun. Prendre

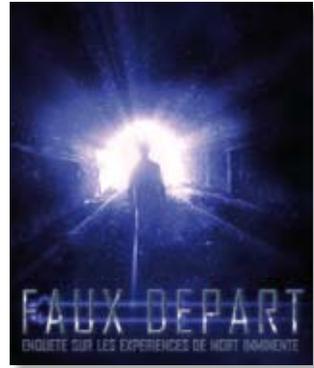
conscience de sa richesse individuelle et définir son but permet ensuite de poser chaque pas dans la bonne direction, de faire les bons choix, plus fort parce que conscient de toutes les influences extérieures qui détournent l'homme de son véritable bonheur.

Olivier Masselot animera deux conférences les 16/11 et 8/12 à Liège ; ainsi que des stages les 13-14, 20-21/11 et 4-5/12 à Bruxelles [et les 29-30/01 à Liège] - voir agendas «au jour le jour» et «stages», rubrique «Développement Personnel» -

10 entrées
offertes !
voir site A+

Faux départ

*87 minutes pour voir
la vie autrement !*



En 2006, ils s'étaient rencontrés à Martigues [France] devant plus de 2.000 personnes. Fin novembre, ils se donneront rendez-vous à «Ciney-expo»... Une journaliste et des scientifiques y présenteront le film «Faux Départ» et répondront aux questions sur les E.M.I., médiatisées grâce au livre du Dr R. Moody «La vie après la vie», vendu à 20 millions d'exemplaires ! De quoi s'agit-il ? Les E.M.I. ou *Expérience de Mort Eminente* [N.D.E. en anglais] ont touché des dizaines de millions de personnes qui ont frôlé la mort. Leur témoignage est toujours le même : sensation de quitter son corps, de traverser un tunnel au bout duquel pointe une intense lumière, de revoir toute son existence en quelques instants et puis... c'est le retour à la vie, mais qui ne sera plus jamais la même, car «de l'autre côté» ils ont obtenu des informations qui les ont bouleversés pour toujours !

Journaliste d'investigation, **Sonia Barkalah**, s'est entourée des meilleurs spécialistes au monde pour réaliser le documentaire «Faux départ» qui va à la rencontre de ce phénomène et qui l'explique scientifiquement ; ses conclusions se révèlent être un vrai tsunami, balayant sur son passage d'anciennes certitudes, faisant place à un autre concept à propos de ce qu'est l'être humain et le sens de son existence et qui répond aux questions fondamentales que beaucoup de gens se posent.

La projection du film «Faux départ», en présence de la réalisatrice et de scientifiques, suivie d'une conférence et d'un débat / questions - réponses, se déroulera le 28/11 [13h à 17h30] à Ciney-Expo - voir agenda «au jour le jour» -

Voir aussi la présentation du DVD dans la rubrique «à regarder...» en page 91 !

"Slurps"

L'Art du Bonheur

RESTAURANT
SHOP BIO - COURS DE CUISINE
Végétarienne, Holistique, Initiatique Ayurvédique
Notre cuisine est non violente et non nuisante à l'égard de tous les êtres vivants, pour l'harmonie émotionnelle, la paix mentale, l'élévation spirituelle, cette délicieuse cuisine inventive et raffinée..... puise dans les traditions culinaires médiévales et indo-européennes, inspirée de l'Ayurveda une infinité d'épices, de fleurs et d'herbes sauvages pour sublimer les sens ,au-delà des goûts et des habitudes culinaires . découvrez le bonheur gustatif".

*PS. Attention cette expérience peut changer votre vie pour toujours
www.slurps.be
Rue Dautzenberg n°7 Bxl 1050
Réservations : Tel 02.647 47 38 - Gsm 0477 927 411

10 entrées
offertes !
voir site A+

Laura Sheleen

Mythodrame, théâtre de masques et individuation



Laura Sheleen est américaine, établie en France depuis de nombreuses années. A 84 ans, elle poursuit un travail de formatrice-thérapeute avec des stages de «*Mythodrame, masques, jeux masqués*» et de «*Danse : corps, espace, temps*».

Elle a étudié la danse à New York avec Graham, Limon, Humphry, Balanchine. Puis elle a développé sa voie en créant un processus théâtral où chacun est auteur de son projet, ainsi qu'un processus de danse où chacun «*apprend et prend*» sa place dans un projet chorégraphié.

Ces deux procédés permettent des prises de conscience individuelles, libèrent l'être de charges émotionnelles encom-

brantes, contribuent à vivre un chemin d'individuation ...

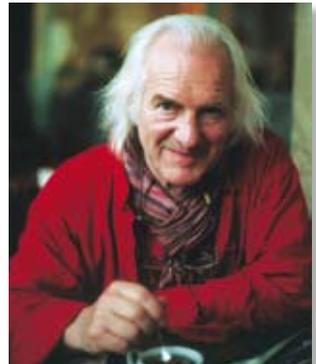
Laura Sheleen est reconnue comme praticien adhérent par la *Société Française de Psychologie Analytique* [C.G.]Jung].

Invitée par le CEFRI Jung Belgique, Laura Sheleen animera une conférence «Mythodrame, Théâtre de masques et individuation», le 19/11 [19h30] à l'UCL à LLN - voir agenda «au jour le jour» -

10 entrées
offertes !
voir site A+

Julos Beaucarne

Reboisons l'âme humaine



Julos : on mesure sa réputation à son prénom, ajouter Beaucarne c'est quasi un pléonasme. La profondeur de sa pensée étonne et ravit. Pourtant, Julos est un personnage un peu paradoxal et donc relativement méconnu. Outre ses 454 chansons, 32 albums, 28 livres, 82 poèmes mis en chanson, 4 films, 48 panneaux le long de l'E411, Julos a produit des centrales électriques musculaires et des tas d'objets détournés allant de la "Machine à Mesurer la Pression du Néant" aux "Spermatozoïdes de l'Age du Fer". «*Le bonheur, n'est-ce pas marcher inlassable-*

ment vers soi-même?» dit Julos. Le poète citoyen, défenseur de la langue wallonne, l'homme engagé, qui parle avec le coeur, ainsi qu'une grande conscience de son environnement et de l'écologie, nous invite à ne pas nous laisser rêver par quelqu'un d'autre que nous-même, à «*aimer plus que jamais*», à «*embellir le monde*» et «*à reboiser l'âme humaine*».

Conférence et dialogue avec Julos Beaucarne, interviewé par Monique Gyselinx, le 24/11 [20h] à Namur - voir agenda «au jour le jour» -

L'Université du Bouddhisme

La guérison : fruit d'une interaction corps-esprit ?



Après des études de philosophie consacrées au bouddhisme indien et 10 ans de recherche en conception de systèmes d'information, **Claire Petitmengin** réalise une thèse sous la direction de Francisco Varela, portant sur l'expérience qui accompagne l'émergence d'une intuition. Son intervention à l'Université du Bouddhisme aura pour thème : «*La neuro-phénoménologie : quels enjeux thérapeutiques ?*».

Chercheur à l'UCL [Unité Emotion, Cognition et Santé - Faculté de Psychologie], **Ilios Kotsou** est formé à l'approche de Palo Alto et collabore avec Médecins Sans Frontières, la Louvain School of Management et Kluwer. Son intervention portera

sur le thème «*Acquérir des compétences émotionnelles - La force des émotions*».

Lama tibétain curieux et sportif, le **Lama Zeupa** a fait des recherches empiriques dans différents domaines sur l'interface corps-esprit. Il a pratiqué les arts martiaux, le chi gong, le yoga avec des maîtres authentiques et y allie une pratique de méditation intensive et l'étude des textes canoniques du bouddhisme. Il exposera sa vision sur l'interaction entre le corps et l'esprit et sur l'impact de notre manière de vivre.

L'Université du Bouddhisme se tiendra les 13 et 14/11 à l'Institut Nalanda à Bruxelles - voir agenda «au jour le jour» -

Des dizaines d'entrées aux conférences offertes chaque mois...
Abonnez-vous à l'ACTURIEL Plus !

Rendez-vous sur www.agendaplus.be



D'UN MUR A L'AUTRE

Assortiment complet pour tous travaux de peintures et traitements à l'intérieur et à l'extérieur.



**POUR L'HABITAT
SAIN ET DURABLE !**

AGLAIA PEINTURES NATURELLES

BEECK PEINTURES MINÉRALES

VENTE-CONSEIL Rue E. Berthet 49 1341 Ottignies-LLN Tél. : 010 62 01 64

ÉCOLE DE MASSAGE SENSITIF BELGE

8 rue F. Roffiaen
1050 Bruxelles
tél. & fax 02 644 07 48
emsb@skynet.be
www.message-sensitif-belge.be
Corinne Urbain
Régis Verley

Formations au massage pour débutants,
progressive et au rythme de chacun

Formations professionnelles

Programme des cours et liste
des praticiens sur simple demande

www.message-sensitif-belge.be

Géobiologie audits électro-magnétiques

Stéphane Van Wallendael



Expertises en géobiologie,
neutralisation des pollutions

- Expertise de maisons, bureaux,
magasins, fermes, terrains, etc.

- Détection des perturbations
pathogènes liées au sous-sol.

- Détection des nuisances générées par
l'installation électrique, les hyperfréquences,
(gsm, dect, umts, wi-fi, radars, antennes relais,
babyphones, etc.), la radioactivité et le bruit.

Formations

de géobiologues et chromothérapeutes

Conseils en éco-bioconstruction

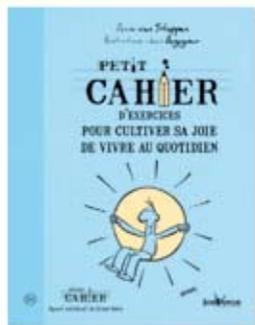
Kiewitstraat, 121 - B - 3070 Kortenberg

Tél : 00 32 (0)2 759 66 71 - GSM : 00 32 (0)476 64 11 11

e-mail : svwal@skynet.be & vanwallendael@yahoo.fr

jouvence
EDITIONS
L'éditeur du bien-être

Y'a d'la joie !



Petits cahier d'exercices
pour cultiver sa joie
de vivre au quotidien

Anne van Stappen



Ne marche pas
si tu peux danser

Anne van Stappen

www.editions-jouvence.com

Catalogue gratuit
sur simple demande

Diffusion : NORD-SUD

Sortez de la grisaille, cultivez votre
joie de vivre et rayonnez en vous et
autour de vous !

64 pages • Prix : 6,50 €

Le récit palpitant d'un voyage qui
s'avère être celui de la connais-
sance de soi... et des autres.

320 pages • Prix : 19,50 €



© D.R.

les SAISONS et les fêtes cardinales

*un lien entre l'Homme,
le Ciel et la Terre*

*Qui doute encore que
l'Homme, dans son lien à la
nature, s'en est éloigné à cause
du progrès matériel, s'éloignant
donc des lois universelles et de
la sagesse qui la fondent...*

La vie résulte d'échanges de courants d'énergies, dans des mouvements rythmiques caractérisés par l'alternance de contractions puis d'expansions. C'est le mouvement de base de la respiration avec ses deux temps : l'expiration et l'inspiration.

La Terre répond à ce processus : sa respiration annuelle définit un cycle de vie jalonné par 4 saisons résultant de sa rotation autour du soleil. Quatre noeuds de force déclenchent ces variations d'énergie, aux deux solstices et aux deux équinoxes. Ils sont célébrés par quatre fêtes cardinales : Noël, Pâques, Saint Jean et Saint Michel.

L'année se divise en deux phases, d'un solstice à l'autre. Une phase d'expansion de l'hiver à l'été, une phase de contraction de l'été à l'hiver. Tandis que la Terre expire et s'élève vers le Ciel, les forces solaires inspirent à tout ce qui vit sur Terre le désir de s'en arracher et de s'élever. La plante germe, s'enracine, s'extrait du sol, se couvre

de feuilles puis de fleurs. Lorsque la Terre inspire, les forces solaires décroissent. La plante offre ses fruits, puis libère ses graines, se dénude et semble mourir.

Ces deux phases caractérisent la vie de toute la création. En effet, la Terre possède toutes les caractéristiques d'un être vivant : elle produit du vivant à partir d'elle-même et toutes les forces qui l'animent convergent vers une même intention, la croissance. Cette créativité est l'expression d'une Intelligence propre : l'âme de la Terre. Les quatre visages saisonniers qu'elle offre au cours de l'année sont la manifestation d'une réalité suprasensible.

Lorsqu'elle expire, la Terre vient unir son âme au Ciel, et bénéficie des forces créatrices du soleil. Puis, lorsqu'elle inspire elle ramène en elle-même ces forces, en intégrant dans ses profondeurs cette substance solaire. Ce chemin, qu'on peut appeler écosophique, peut être représenté par une lemniscate [mouvement spiralé en 8], limitée à ses deux extrémités par les deux solstices et ayant pour centre les deux équinoxes.

L'être humain bénéficie des mêmes forces de vie que la plante. Mais à sa différence, il dispose de la pensée. En entrant dans le mouvement de la lemniscate, il peut vivre l'union de l'extérieur et de l'intérieur, du haut et du bas, de la contraction et de l'expansion. Il peut entrer en résonance avec l'impulsion des quatre fêtes cardinales et



LES ÉDITIONS ROMAINES SOUHAITE DÉVELOPPER LEUR CATALOGUE QUI S'INSCRIT DANS LA DÉFENSE ET LA DIFFUSION DES GRANDES TRADITIONS EUROPÉENNES EN PROMOUVANT TOUT AUTEUR QUI A À CŒUR LA DÉFENSE DE CES GRANDES TRADITIONS CULTURELLES ET RELIGIEUSES.

NOUS NOUS FOCALISONS PLUS PARTICULIÈREMENT SUR LES PENSEURS, ÉCRIVAINS, PHILOSOPHES, HISTORIENS ET SCIENTIFIQUES QUI S'INTÉRESSENT AUX VALEURS LIBÉRALES ET CHRÉTIENNES DE L'EUROPE.

VOUS AVEZ UN PROJET ? VOUS POUVEZ NOUS CONTACTER VIA COURRIEL À L'ADRESSE SUIVANTE : INFO@LESEDITIONSROMAINES.BIZ

AU PLAISIR DE VOUS LIRE.

WWW.LESEDITIONSROMAINES.BIZ



Un concept innovant au Studio du Sommeil

- Les cadres de lit «Hüsler Nest» totalement exempts de métal (même les vis du lit sont en bois)
- Le système de couchage 100% naturel «Hüsler Nest»
- Les sur matelas, les couettes et les oreillers en pure laine vierge, en maïs, en duvet de chameau «Hüsler Nest»
- Les oreillers en soie naturelle et bambou et les couettes en 100% soie naturelle «Couette & Nature»
- Les housses de GSM «Isophone» qui protègent, notamment, de l'effet chauffant
- Les box isolants «Iso Box» pour la base des téléphones sans fil (DECT), le téléphone sans fil dont on ignore souvent qu'il est un des éléments les plus polluants de l'habitation
- Les couleurs murales «La Couleur est dans le Pré», peinture non toxique dont les pigments gardent leur intensité au cours du temps
- Les cristaux vivifiants à placer aux fenêtres des pièces principalement orientées à l'Ouest
- Les superbes parures de lits «Blanc des Vosges»
- Et, uniquement sur rendez-vous, les conseils sur plans et sur site en *Habitat Thérapie*®.

Ouvert jeudi, vendredi et samedi de 13h30 à 18h30 ou sur RDV

Rue Pirefontaine, 14 - 4140 Dolembreux - 04 368 68 10
info@anniedetheux.be - www.anniedetheux.be

intégrer son chemin de croissance individuelle à la Sagesse du vivant révélée par la respiration annuelle de la Terre.

L'architecture subtile de l'Homme en devenir, constitué par les 7 chakras majeurs, s'appuie sur le mouvement de la lemniscate.

Nous ne pouvons le développer ici. Mais, visualisez 2 boucles, l'inférieure formée par les 3 chakras du moi personnel, la supérieure par les 3 chakras du moi spirituel, et ayant pour intersection le chakra du cœur. Cette architecture énergétique s'harmonise parfaitement avec le mouvement respiratoire de la Terre. En voici un bref aperçu.

∞ 1. Tout commence à la Noël

Au solstice d'hiver [21 décembre], la Terre est au maximum de son inspiration et elle retient son souffle avant d'entamer, dans une nouvelle expiration, l'année suivante. Elle a aspiré son âme dans ses profondeurs, aspirant en elle les forces solaires de l'été, qui sont concentrées au creux des graines. Noël est un temps privilégié pour la naissance : de la mort de la graine va naître le germe. Puis le jour s'allonge, et de même, l'impulsion nouvelle, née des profondeurs de notre volonté [1^{er} chakra], touchant notre cœur, va chercher à s'incarner. C'est cet «enfant-lumière» que nous allons accompagner durant son périple annuel. Ainsi durant tout l'hiver, nous allons mater cette part solaire encore fragile. Nous serons aidé par les forces de croissance qui gagnent la Terre lorsqu'elle amorce son expiration. Tandis que la plante s'enracine, notre impulsion de Noël s'incarne. La Terre commence à expirer.

- Hiver : «Un chemin d'incarnation»
- Noël [25 décembre] : «Je ressens la naissance d'une nouvelle impulsion.»

∞ 2. Equinoxe de printemps

A partir de l'équinoxe du printemps [21 mars], le jour prend le dessus sur la nuit, et l'âme de la Terre poursuit son expiration. La plante s'extrait du sol et s'offre au soleil. Ce passage des obscures profondeurs à la

pleine lumière est célébré à Pâques, la fête de la Résurrection chez les chrétiens. En analogie, notre pensée unie au cœur [4^{ème} chakra] saisit notre élan hivernal. Elle précise sa spécificité, lui donne une direction.

- Printemps : «Un chemin d'aspiration»
- Pâques : «Je reconnais ma richesse»

∞ 3. Solstice d'été

Au solstice d'été [21 juin], la Terre est au maximum de son expiration. Son âme vient s'unir à la lumière des hautes sphères, la nature exulte. La pensée s'élève [7^{ème} chakra] et on ressent un profond appel à transcender notre impulsion de Noël et à la révéler. La Terre commence à inspirer.

- Été : «Un chemin de manifestation»
- Saint Jean [24 juin] : «Mon désir s'unit à la sagesse»

∞ 4. Equinoxe d'automne

Avec l'équinoxe de l'automne [21 septembre], célébrée à la Saint Michel, la nuit prend le dessus sur le jour. La Terre poursuit son inspiration, elle se dépouille de ses dernières parures. Cette ambiance invite à s'intérioriser [4^{ème} chakra] et à ne pas s'identifier à la forme extérieure. La substance spirituelle dégagée des expériences acquises depuis Pâques donne naissance à une nouvelle impulsion enrichie par le cycle parcouru, qui naîtra à Noël.

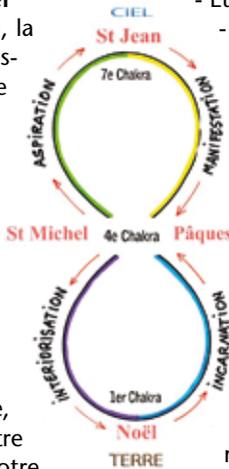
- Automne : «Un chemin d'intériorisation»
- Saint Michel [29 sept.] : «Je suis fidèle à mon engagement.»

Renforcer le lien entre l'Homme, la Terre et le Ciel nous paraît être la voie vers un futur fraternel et responsable.

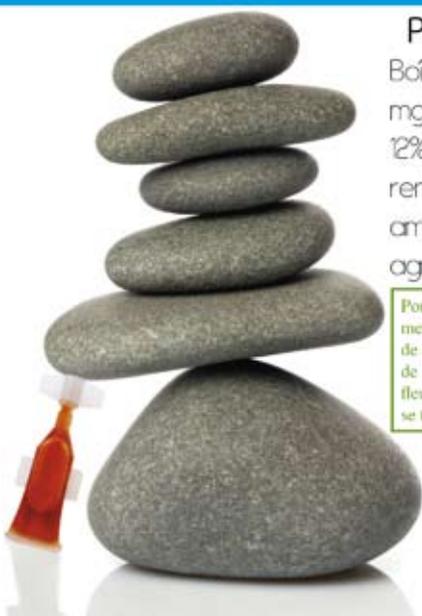
Puissions-nous pénétrer la fête de Noël dans ce sens.

Dan Hourquescos & Michèle Zeidler

Les auteurs proposent un cycle de conférences saisonnières précédant chacune un stage théorique & pratique : voir rubrique «avant-première»



NOTRE PROPOLIS, ELLE EST FORTE ET C'EST TANT MIEUX.



Propolis extra forte de Pollenergie
Boîte de 20 actidoses contenant chacune 200 mg de propolis primeur de peuplier tirée à 12% de polyphénols. La propolis extra forte renforce naturellement votre organisme en améliorant votre riposte immunitaire face aux agressions extérieures.

Pour votre force vitale, pensez également aux pollens congelés à l'état frais de Percie du Sert (pollen de châtaignier, de ciste, de bruyère, de saule, mille fleurs...). Dans les boutiques ces pollens se trouvent toujours dans le congélateur.



GELBOPHARMA

GELBOPHARMA SPRL
84 rue de la Station
1410 WATERLOO
tel : 0032 2 353 18 43
info@gelbopharma.be
www.gelbopharma.be



Enseignement pour l'écologie de la santé

SEMINAIRE de GASTRONOMIE DIETETIQUE

Approche inédite, théorique et pratique de l'alimentation naturelle

CYCLE DE 6 SAMEDIS NON CONSECUTIFS

- 1• Les secrets de l'alimentation naturelle
- 2• Les vérités renversantes sur les sucres
- 3• Les nouvelles révélations sur les graisses
- 4• Les clés essentielles pour l'équilibre intestinal
- 5• Les aliments anodins qui nous intoxiquent
- 6• Les meilleurs compléments alimentaires naturels

Donnés à Bruxelles et à Namur

Renseignement et brochure : **02 673 87 32**

www.efelia.be - info@efelia.be - www.mieux-etre.org



© jerome berquez - Fotolia.com

Se préparer pour l'hiver

comment garder énergie et tonus !

La luminosité diminue, le soleil ne fait plus que de timides apparitions, les températures chutent... l'hiver s'installe. Il est temps de se prendre en main afin d'éviter d'avoir grise mine et une envie constante de retourner sous la couette...

Après une période estivale remplie de chaleur mais aussi de barbecues festifs, le corps a besoin de repos. Agressé par une alimentation souvent industrielle, le stress et la pollution omniprésente, il stocke les toxines. Cet excès de toxines a des répercussions négatives sur notre tonus et notre moral. Quand l'automne cède la place à l'hiver, c'est la porte ouverte à une multitude de virus. Voici quelques pistes pour ne pas les laisser entrer.

Du raisin au menu

Pour optimiser le fonctionnement de l'organisme, il est recommandé de le nettoyer de l'intérieur afin de permettre les échanges nécessaires à la vie cellulaire et à l'évacuation des déchets. Une fois purifié, l'organisme sera capable de mieux se défendre contre les attaques extérieures. Comment faire ? Les mono diètes constituent un excellent moyen d'éliminer les

toxines en douceur. La consommation d'un seul aliment permet de reposer le système digestif. C'est une forme de jeûne moins radical et idéal pour ceux qui ont peur de «mourir de faim». En accord avec la saison, on choisit de ne consommer que du raisin bio pendant 3 à 5 jours. Sur une journée, on peut en consommer jusqu'à quatre kilos. Dépuratif sanguin et drainant, le raisin agit sur la digestion, le transit intestinal, le nettoyage de la peau, la relance du système immunitaire, l'équilibre du psychisme. Deux ou trois jours avant d'entamer la cure il convient de supprimer café, thé, alcool et viande rouge de son alimentation. Une fois la cure terminée, il est conseillé de ne consommer que des légumes puis des céréales pendant 2 ou 3 jours selon la durée de la cure effectuée. Cette mono diète est interdite aux enfants, femmes enceintes et aux diabétiques.

Coup de pouce de la nature

La nature regorge de trésors qui sont nos meilleurs alliés pour affronter l'hiver. L'abeille, en plus d'être primordiale à l'écosystème, est à l'origine de nombreux produits bénéfiques à notre santé. Une cure d'un à trois mois de pollen frais, à raison d'une cuillère à soupe tous les matins, sera excellente pour donner un coup de fouet à l'organisme. Riche en vitamines [surtout B], sels minéraux et protéines le pollen contribue à lutter



Collège International
d'Aromathérapie
Dominique Baudoux

Informations et inscriptions:
Rendez-vous sur notre site interactif
www.college-aromatherapie.com
Madame Yannick Deneyer - tél.: 068 264 367
e-mail : contact@college-aromatherapie.com



SE FORMER À L'AROMATHÉRAPIE

faites confiance à l'expert

- cours d'aromathérapie scientifique et médicale
- spécialisations (dermatologie, grossesse et pédiatrie)
- journées thématiques (massage aromatique et réflexologie)

QI GONG

Cours journaliers
Nombreux stages
Ecole de formation de
professeurs

Life Care Centre
Chaussée de Charleroi 279
1060 Bruxelles

02/649.62.37 & 0476/49.62.94
www.lifecarecentre.be
thesy@lifecarecentre.be



氣功

*en collaboration
avec l'Université
de Pékin - Ecole de
Zhang Guangde*



biOK be bio

Et maintenant... vitaminez vous !

Découvrez nos produits alliant nature et santé : Fruits et légumes
Épicerie bio | Pain frais tous les jours | Vin | Fromage à la découpe
Rayon boucherie | Cosmétique bio | Aromathérapie |
Produits d'entretien écologiques | Pet food | Littérature bio | ...

Thorembais

Chée de Charleroi 31A
1360 Thorembais-St-Trond
081/26.27.35
biokthorembais@live.be

Wavre

Chée des Collines 104
1300 Wavre
010/24.80.89
biokwavre@live.be

Corbais

Grand' Route 15
1435 Corbais
010/65.16.80
biokcorbais@live.be

Lundi - Samedi | 9h30 - 19h | info@biok.be | www.biok.be



contre la fatigue physique mais aussi intellectuelle. Idéalement préservé congelé afin de ne pas l'altérer, il peut être consommé comme tel. Son analyse met en évidence la présence de ferments lactiques ayant un grand pouvoir antibactérien. Par effet barrière, ils agissent contre la plupart des bactéries potentiellement pathogènes de la flore intestinale.

Autre merveille apportée par l'abeille : la propolis. Cette résine végétale récoltée sur les bourgeons des arbres ou écorces des pins et sapins, est rapportée à la ruche et améliorée de sécrétions [cire et sécrétions salivaires]. Ensuite, les abeilles en tapissent les parois de la ruche afin de la protéger des parasites. Antiseptique et antibiotique naturel, la propolis est à utiliser contre les extinctions de voix, les enrouements, les angines, les maux de gorge ainsi que les bronchites. En plus de renforcer le système immunitaire, ses propriétés permettent donc de combattre les phénomènes infectieux et inflammatoires.

Pour devenir une véritable bombe énergétique, faisons une cure de gelée royale. Substance la plus élaborée de la ruche, c'est la nourriture exclusive de toutes les larves de la colonie pendant les trois premiers jours, des larves royales pendant les cinq premiers jours et de la reine dès qu'elle quitte la cellule royale. C'est un concentré nutritif très dense augmentant la capacité de l'organisme à lutter contre le stress et le froid.

Du côté des plantes, priorité à l'échinacea. Plante qui nous vient d'Amérique, elle est reconnue pour ses qualités immunostimulantes. L'idéal est de faire une cure d'un mois à l'arrivée des premiers froids. En tisane place au thym, l'antiseptique naturel par excellence qui stimule les défenses immunitaires et qui peut être consommé tout au long de l'hiver. Et pourquoi ne pas y ajouter une cuillerée de miel, mais attention dans une eau inférieure à 40°C afin de ne pas annihiler ses propriétés.

Du côté des huiles essentielles, le raven-

sara aide à renforcer les défenses immunitaires, à lutter contre la fatigue et apaise en cas d'angoisse ; la peur étant l'émotion négative liée à l'hiver. Originaire de Madagascar, cette plante pousse à l'état sauvage dans les forêts tropicales et humides. Elle s'utilise en usage externe en massage de part et d'autre de la colonne ou sur le thorax. Avant toute utilisation chez l'adulte ou l'enfant, il faut bien se renseigner sur les dosages.

En forme tout l'hiver

Pour traverser l'hiver sans grosses pannes, surveillons notre alimentation et notre hygiène de vie. Comme toujours, consommons sans modération les légumes et fruits de saison. Afin de ne pas refroidir le système digestif, consommons les légumes chauds, préparés au wok ou à la vapeur. Mangeons tôt le soir pour ne pas surcharger le système intestinal et couchons-nous tôt également afin d'assurer aux organes leur repos vital. En deux mots, suivons simplement le rythme de la nature. Mais, il n'est pas question d'hiberner ! Pour se sentir en forme et avoir une attitude d'ouverture face à la vie, attention à la respiration. Mettre le nez dehors ainsi que pratiquer régulièrement de l'exercice physique permet à l'organisme de s'oxygéner. De retour chez soi, après avoir aéré les pièces, laissons l'air se remplir d'un petit cocktail hivernal d'huiles essentielles [à diffuser] : pour 10 ml : 3ml d'Orange douce, 2 gouttes de Patchouli, 6 gouttes de cannelle feuille, 2 ml de Gingembre, 1.5 ml d'Orange amère et 10 g de Romarin à verbénone. De douces soirées au coin du feu !

Vanessa Jansen

Références : «Le Miel», Karine Elsener, Estelle Guerven, aux éditions Grancher, «L'alimentation ou la troisième médecine», Jean Seignalet, aux éditions François-Xavier de Guibert, «Quels sont les remèdes miracles contre les maux de l'hiver», Rachel Frély, aux éditions Delville Santé et «L'aromathérapie : se soigner par les huiles essentielles», Dominique Baudoux aux éditions Amyris.

Harmonie Vitale, la révolution en Matière de Mieux-Être

Ils sont une dizaine de consultants belges en Mieux-Être à avoir été formés à la méthode «**Origine**» issue de la plus haute tradition Rishis de l'Inde ancienne. Aujourd'hui, ils vous proposent de découvrir les bienfaits inédits des séances «**Harmonie Vitale**».

Harmonie Vitale, summum en matière de Bonheur intérieur vous libère instantanément du stress, de la fatigue, de l'angoisse.

La **Méthode Harmonie Vitale** - présentation :

Par un travail subtil sur les trois canaux principaux de la colonne vertébrale qui gouvernent le corps tout entier (Sushumna- système nerveux central, Pingala - système sympathique et Ida - système parasympathique) et sur les 7 centres énergétiques (chakras), cette technique ancestrale hors du commun **Purifie, Equilibre et Harmonise** l'organisme dans sa globalité. Il n'y a aucun massage ni manipulation.

Par une gestuelle inédite, le consultant en **Harmonie Vitale**, en trois séances :

- **harmonise** totalement le corps et l'esprit
- **libère et désengramme** les énergies négatives bloquées dans le corps physique et dans les auras, à l'origine

de nombreuses somatisations physiques ou psychiques.

- **ré-ouvre et ré-harmonise** les 7 centres Energétiques,
- **rétablit** la circulation des Energies à son plus haut niveau dans le corps tout entier.
- **élimine** instantanément stress, fatigue, angoisses et états de mal-être,
- **soulage** les douleurs physiques et psychiques.



© Reproffis

Les Bienfaits instantanés d'**Harmonie Vitale** :

Chacune des séances est unique, ses effets sont incroyables et propres aux besoins de chacun.

De manière générale, Sérénité, Paix mentale, Joie, légèreté du corps et de l'esprit sont perceptibles dès

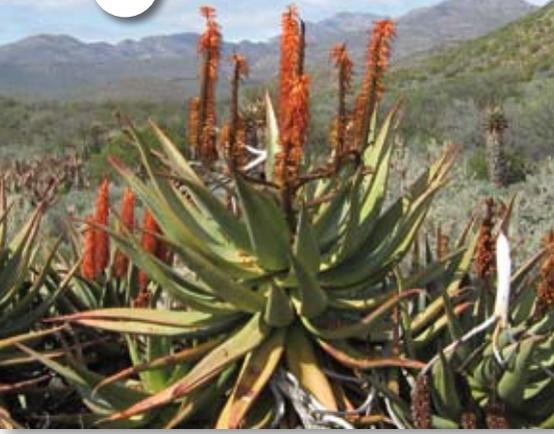
la première séance.

En trois séances, Harmonie Vitale installe profondément en vous un nouveau climat intérieur harmonieux et durable.

Retrouvez les consultants sur : www.lordorigine.blogspot.com

Vous souhaitez devenir consultant en Mieux-Être ? Contactez Jean-Luc Stachura : www.charisme.be - 0470 95 05 94

Cette méthode ne relève ni du médical, ni du paramédical, d'aucune thérapie, d'aucune psychothérapie, d'aucun magnétisme. Ce n'est ni de l'hypnose, ni de la sophrologie, ni de l'auto-suggestion... Elle ne remplace aucun traitement médical.



©Els Deprez

Aloe ferox

l'aloès sauvage

Parmi plus de 300 variétés d'aloès présentes en Afrique, l'Aloe ferox - aloès sauvage - est une des plus salutare. Voyons pourquoi...

L'Aloe ferox est une variété plus robuste portant des grosses feuilles épineuses. Contrairement à l'Aloe vera, qui est cultivé en plantation, l'Aloe ferox pousse sur les terrains sauvages, dans un contexte naturel, sans pesticides, herbicides et engrais artificiels. L'Aloe ferox fleurit dans des tonalités d'orange-rouge prononcées et forme après quelques années un tronc comme celui des palmiers. Une peau importante couvre un intérieur charnu plus ou moins transparent. Si on coupe une feuille de l'aloès ferox, un jus jaunâtre et amer [contenant l'aloïne] coule immédiatement. L'aloïne et d'autres substances amères de l'aloès ont un effet laxatif et sont régulièrement utilisées dans différents produits laxatifs.

Une production traditionnelle

Tous les 18 à 24 mois, on coupe manuellement les feuilles adultes de cha-

que plante. La taillade des feuilles du bas a tendance à stimuler la croissance de la plante. On creuse un puits peu profond et on le couvre d'un plastique pour y laisser couler le jus amer qui sort des feuilles entassées autour du puits. Après quelques heures, on collecte le jus amer et on le chauffe jusqu'au point d'ébullition afin que son volume puisse diminuer de moitié. Ce sirop noir et épais est ensuite transvasé dans des conteneurs plus petits. Une fois que le contenu forme un bloc solide, il est fracassé en cristaux amers ou atomisé en poudre amère. Les feuilles sont ramassées, lavées, coupées en tranches et lavées une seconde fois pour être sûr qu'il n'y a plus de restes d'aloïne. Une fois lavées, les tranches sont transformées en 100% pur jus d'Aloe ferox. Contrairement à l'Aloe vera, on emploie toute la feuille et on ne la pelle pas. Ainsi on garde davantage de substances actives.

Les composants d'Aloe ferox

L'intérieur charnu des feuilles d'aloès contient surtout de l'eau. Les 0,5 à 2% de matières solides contiennent des polysaccharides, des aminoacides, des minéraux, des acides organiques et leurs sels, des enzymes et d'autres substances biologiques actives.

Nouveau: Steak au poivre Bertyn. Goûtez-le.



Bon appétit
Serge Restiau
- Chef chez Bertyn -



Bertyn: le filet pur entre les seitans

Goûtez notre nouveau steak au poivre relevé

Découvrez le steak au poivre de Bertyn, le fournisseur de protéines idéal à rôtir, cuire ou griller. Ce steak au poivre est fait de façon traditionnelle, à base de farine d'épeautre. Accompagné d'une délicieuse sauce poivre-amande relevée et pauvre en calories. Cuire pendant 5 minutes de chaque côté dans une poêle ou sur le grill. Ensuite, ajouter la sauce et c'est prêt ! Ou bouillir dans l'eau pendant 5 minutes dans son emballage. Vous pourrez savourer d'emblée son doux croquant. Un délice ! Riche en protéines, très digeste, sans cholestérol et pauvre en matière grasse. Le succédané de viande sain avec seulement 94 kcal par 100g. Et avec la texture d'un filet pur. Vous trouverez Bertyn au rayon frais de votre magasin bio.

Tél. 03 620 26 56
Recettes et info:
www.bertyn.be



L'Aloe ferox a un taux de calcium exceptionnel - *presque 30% des composants solides* [!] - et un taux élevé d'acides aminés, surpassant largement l'Aloe vera et les autres variétés utilisées pour le gel/jus. En ce qui concerne les minéraux, l'Aloe ferox contient un grand taux de calcium, du fer, du magnésium, du sodium, du potassium, du soufre, du phosphate et des éléments de cuivre, strontium, cobalt et zinc en plus petite proportion.

Le gel d'Aloe ferox

Le gel frais d'aloès peut traverser l'épiderme de la peau jusqu'à la couche germinale et ainsi augmenter la capacité de régénération des cellules, qui diminue déjà dès l'âge de 25 ans. Le gel d'Aloe ferox ralentit ainsi le vieillissement de la peau, surtout après des bains de soleil, tout en redonnant à la peau son élasticité naturelle.

Le gel stimule aussi la guérison des blessures, des cicatrices et des brûlures. A l'image de la plante qui se rétablit elle-même très vite après blessure ou coupure [*comme par exemple à l'enlèvement des feuilles*], le gel a un effet semblable avec la peau humaine et forme un film fin sur les blessures et les brûlures de sorte qu'elles se referment plus rapidement et guérissent plus vite.

Le jus d'Aloe ferox

Le gel polysaccharide dans le jus agit d'une manière adoucissante et rééquilibrante sur l'acidité gastrique, l'indigestion, le mal à l'estomac et les troubles intestinaux. Une prise prolongée de jus d'Aloe ferox augmente la résistance immunitaire grâce aux différents polysaccharides.

Le jus d'Aloe ferox contient également des acides aminés, des enzymes, des minéraux et des vitamines, comme la vitamine E naturelle.

Aloe ferox
the aloe growing wild in its natural habitat

Nouveau:
JUS BIO

Aloe ferox contient plus de calcium et plus d'acides aminés

Martera Aloe ferox :

- ☑ une production traditionnelle de la feuille complète
- ☑ une préservation optimale de substances actives
- ☑ **100% pur jus, certifié bio** (contrôle par BE-BIO-01)
- ☑ gel hydratant sans ou avec substances amères

Découvrez nos produits sur le salon **Parallèle** (20-21/11, Ciney Expo)

Importation: GDI nv B-8870 Izegem gdi@skynet.be	Distributeur: Sanvita T & F 02 522 77 82 sanvita@skynet.be
---	--

www.martera.com

Els Deprez



Des fruits **BIO** de qualité supérieure, rien d'autre !

- Jusqu'à 70% de fruits
- au concentré de jus de pomme

La Cuisson à basse température (80°) préserve aussi bien les vitamines que la saveur incomparable de ces fruits frais mûris au soleil d'Italie.

Pour que la « confiture » prenne et ne moisisse pas, la concentration en sucres naturels dans les fruits est essentielle. **PROBIOS** choisit les meilleurs fruits du marché pour réussir un produit de qualité irréprochable.

- sans sucre de canne
- sans conservateurs



Huile de noix

PHILIPPE
VIGEAN
Maison fondée en 1930

L'huile vierge de Noix biologique est naturellement riche en acides gras polyinsaturés, l'acide linoléique oméga-6 (62%) et acide linoléique oméga-3 (13%) .

Très particulière, riche en oméga-6 et oméga-3 avec un équilibre parfait proche de 5.

Cette huile mérite d'être considérée comme naturellement diététique car elle contribue au rétablissement de l'équilibre oméga6 et oméga3 donc à la prévention des troubles liés au déséquilibre alimentaire. Contient de l'acide oléique qui contribue à la diminutions du mauvais cholestérol LDL.



Et si nous mangions moins de viande ?

A partir de graines de soja bio, SOY fabrique un tofu et un tonyu ('lait' de soja) de qualité et vous le propose sous forme de:

TOFU
CUISINÉS AU TOFOU
BOISSONS AU SOJA
DESSERTS AU SOJA
CRÈME VÉGÉTALE

Plaisir et équilibre !

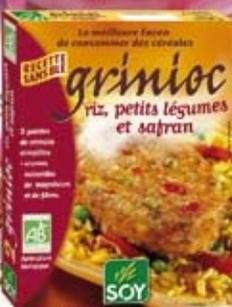
SOJA BIO SUD-OUEST FRANCE



L'alternative végétale bio

Avec ses spécialités à base de céréales, SOY vous propose de varier les saveurs et les plaisirs, tout en vous garantissant un apport important en protéines végétales. Associant différentes céréales et légumes, ces spécialités constitueront la base de repas équilibrés.

CÉRÉALES CUISINÉES
CUISINÉS AU SEITAN DE BLÉ



www.soy.tm.fr

WWW.VAJRA.BE

vajra

02 731 05 22
info@vajra.be

Une gamme complète pour les magasins naturels, épicerie fines, restaurants, collectivités, écoles et marchés biologiques.

Pâtes Bio
Naturellement
savoureux!

LA TERRA
E IL CIELO
Agricoltura biologica dal 1990

SOIGNEUSEMENT
SÉLECTIONNÉ
POUR VOUS !!!

bio
sano

En vente uniquement dans
les meilleurs magasins bio

Carolinelei 6 | B-2930 Brasschaat | T +32 3 664 17 69
F +32 3 664 16 13 | info@biosano.be

Sukha
The Beauty and Health Experience

Ayurvedische Massage
door Anne Severyns

t. 0473 59 50 64
contact@sukha.be
www.sukha.be

bio
cap

votre
shopping
au
naturel

Biocap, deux magasins de 400m² où vous trouverez tout ce dont vous avez besoin au quotidien.
Alimentation, produits cosmétiques, produits d'entretien, huiles essentielles, compléments alimentaires...

Le choix, la qualité, des prix accessibles et des conseils personnalisés: Biocap, c'est la garantie de faire ses courses dans la convivialité, la compétence et le sérieux d'un magasin contrôlé par Ecocert.

Charleroi
8 rue C. Meunier
6001 Marcinelle
Av. Mascaux entre le centre commercial et le pont du R3
T 071 56 06 82

Namur
27 rue Saint-Luc
5004 Bouge
Près de la clinique St-Luc
T 081 20 13 48
www.biocap.be



Catherine Cianci est formée en communication et en anthropologie. Début 2010, elle a quitté Bruxelles pour un tour du monde de l'aromathérapie. Nous la retrouvons chaque mois, sur un des cinq continents, pour un «carnet de route» aux parfums d'ailleurs...

Je me trouve actuellement au Pérou. J'aurais plein de choses à dire sur ce magnifique pays mais, après neuf mois de voyage, j'avais plutôt envie de vous faire une petite synthèse de mon aventure. Trois continents et onze pays ont été parcourus depuis mon départ. Je classerais les pays visités en deux catégories : les pays producteurs et les pays utilisateurs d'huiles essentielles. Les principaux producteurs sont l'Inde, le Vietnam et le Canada. Même si les plantes aromatiques font partie intégrante du quotidien des Vietnamiens et des Indiens, les huiles essentielles sont peu utilisées et connues principalement pour parfumer l'atmosphère. Ces deux pays, au même titre que le Mexique et le Guatemala, jouissent d'une grande tradition de médecine traditionnelle. Par exemple, dans le Chiapas, au sud du Mexique, cette connaissance est principalement détenue par les femmes et est transmise de mère en fille. Il existe, notamment, de nombreuses recettes pour préparer à l'accouchement. Un autre exemple : au nord du Vietnam, à la fin de l'année, les femmes prennent une douche infusée de bouquets de coriandre. Le but est de purifier, de nettoyer les difficultés traversées durant l'année afin de démarrer sur de nouvelles bases. Concernant les pays utilisateurs, j'y classerais d'abord l'Australie. J'ai été surprise du nombre d'écoles qui proposaient des cours d'aromathérapie et du nombre de personnes qui connaissaient les huiles.

Le Canada est certainement le pays qui entre le plus dans les deux catégories : le Québec est un grand producteur des huiles de conifères et celles-ci sont généralement connues du grand public.

Quelles huiles ai-je le plus rencontrées sur ma route ? Difficile de trancher entre la lavande et l'eucalyptus. J'ai vu et senti de l'eucalyptus dans la plupart des pays, mais on m'a très souvent parlé de la lavande. La lavande vraie est une incontournable de ma trousse de secours. Elle présente de nombreuses propriétés et m'est d'une grande utilité dans mon voyage. En effet, c'est une calmante et régulatrice du système nerveux, elle est recommandée en cas d'insomnie, de nervosité ou de stress. Cicatrisante très puissante, elle peut être utilisée pour les brûlures, les coupures, mais également l'acné et l'eczéma. Elle est très efficace contre les crampes ou pour lutter contre le rhume. Je l'utilise également comme anti-moustiques ou contre les démangeaisons provoquées par les piqûres d'insectes.

Je vous donne rendez-vous le mois prochain pour vous parler de ce magnifique pays qu'est le Pérou !

Catherine Cianci

www.terredaroma.com

Avec le soutien de l'IHMN, Bioshanti et Autre Chose.



GOKAN

- AROMATHÉRAPIE ● PHYTOTHÉRAPIE
- COSMÉTIQUES & SOINS BIO
- EPICERIE ● PAIN & PANIERS BIO

Chez GOKAN vous trouverez également une esthéticienne à votre disposition pour le soin BIO qui vous correspond: soin visage - digitopuncture - épilations - massages - massage aux pierres chaudes - manucure - pédicure - maquillage...

OU NOUS TROUVER ?

Avenue Albert 2 / 1190 Bruxelles

☎ 02 346 07 27 www.gokan.be (vente on-line).

Ouvert du Lundi au Vendredi de 10 à 18h et le Samedi jusqu'à 14h.



Den Teepot



MAGASIN

ouvert de 8h30 à 19 heures (fermé le dimanche)

Carte de fidélité : double points sur :

- Les légumes Bio et produits en vrac
- Jeudi jour Veggie : tous les produits

RESTAURANT

ouvert de 12h à 14 heures

Cuisine macrobiotique - Cours de cuisine

Rue des Chartreux, 66 à 1000 Bruxelles

Tél : 02 511 94 02 - den.teepot@gmail.com

www.bioshop.be



- sans conservateurs
- sans oeufs
- sans sucre
- sans produits animaux

Cake au GINGEMBRE :



Ingrédients : jus de pomme (31.7%), jeunes pousses de gingembre (24.2%), farine de froment, eau filtrée, huile de tournesol(7.1%), farine de soja, poudre levante : bicarbonate de soude, sel marin.

Cake aux dattes et noix:



Ingrédients : dattes (21.82%), jus de pomme (21.07%), farine de froment, eau filtrée, huile de tournesol (7.1%), noix de pecan(4.25%), farine de soja, poudre levante : bicarbonate de soude, sel marin.

02 731 05 22

vajra

www.vajra.be
info@vajra.be

Les activités de l'agenda vont du 10 du mois de parution au 9 du mois suivant.

La rédaction ne peut cautionner toutes les activités reprises dans l'agenda.

Aussi, nous vous invitons au discernement.

BRUXELLES

Film documentaire: «Le phénomène Bruno Gröning» - 7/11 ou 28/11. 13h-19h30. «Sur les traces du guérisseur miraculeux». BeSilk, Chaussée de Waterloo, 1176. 1180 BXL. Cercle Des Amis De Bruno Gröning. 02 374 71 36 . belgium@bruno-groening.org - www.bruno-groening.org. Réservation souhaitée.

Pouvoir, spiritualité et société. 11/11. 20h-22h. Si nous voulons construire le monde que nous souhaitons pour nos enfants, il est impératif de revoir notre façon d'exercer le pouvoir au niveau sociétal. **Gilles Charest**, directeur de l'éducation au Centre mondial de sociocratie; écrivain. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BXL. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be - www.tetra-asbl.be

L'amour : de la psychologie à la spiritualité. 12/11. 20h. Mettre en évidence le fil conducteur qui relie les différentes perspectives thérapeutiques et la nécessité de la dimension spirituelle. **Bettina De Pauw**, psychologue - philosophe. Salle St Marc. Av. De Fré, 74. 1180 BXL. Coeur.com Asbl. 067 84 43 94. www.productions-coeur.com/europe

La guérison : le fruit d'une interaction entre le corps et l'esprit ? 13 au 14/11. 9h30-17h. Présentation de l'impact de notre force de l'esprit sur la guérison, dans le cadre de l'Université de Bouddhisme. **Claire Petitmengin**, maître de conférences, CREA, **Ilios Kotsou**, chercheur UCL, écrivain, **Lama Zeupa**, lama tibétain, écrivain. Rue de L'Orme, 50. 1030 BXL. Institut Bouddhique Nalanda. 02 675 38 05. nalanda@tibinst.org - www.institut-tibetain.org. Voir rubrique "avant première"

Qi Gong de la santé. 13/11. 20h. Avec l'acupuncture, la diététique, la pharmacopée, le Qi Gong est un des 4 piliers de la médecine chinoise. Plus qu'une simple gymnastique, le Qi Gong vise à (re)mobiliser le « Qi », l'énergie de vie, le souffle vital. **Miao Fusheng**, maître. Ch. de Charleroi, 279. 1060 BXL. Life Care Centrel. 02 649 62 37.

«Un chrétien dans les pas de Bouddha» de J. Scheuer. 15/11. 18h-20h. Atelier de lecture. Nous sommes invités à dialoguer à notre tour, nourris de notre propre cheminement. L'auteur J.Scheuer sera présent à cette rencontre. **Benoît Goffin**, licencié en Histoire, philosophie et Sciences Religieuses. Rue du Midi, 69. 1000 BXL. Voies De L'Orient. 02 511 79 60. info@voiesorient.be

Soirée présentation formation thérapeute. 16/11. 20h-22h30. Vous rêvez d'une profession qui ait du sens pour vous. Changer de métier : c'est possible ! **Philippe Wyckmans**, psychothérapeute. 1180 BXL. Conscience au Quotidien. 0476 799 409. formation@conscienceauquotidien.com - conscienceauquotidien.com

Auroville : une terre pour demain. 18/11. 20h-22h. Vers une écologie spirituelle. Projection d'un film et débat autour d'Auroville, cité unique qui répond aujourd'hui aux défis majeurs de notre planète en alliant écologie et spiritualité. **Michèle Decoust**, cinéaste, écrivain. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BXL. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be Voir rubrique "avant première"

Investiguez vos pensées. 19/11. Changer le monde ! L'Investigation Intérieure. **Myriam Lebrun**, facilitatrice certifiée «The Work of Byron Katie». Stimul'in Asbl Laeken. Bloemendallaan, 53-Strombeek. 1020 BXL. 02 732 01 68 - 0477 81 82 00. info@stimulin.be

Les enfants indigos / surdoués : mode d'emploi. 19, 3. 19h-21h. Explications - décodage - une base informative pour les comprendre, les aimer, les aider. Pour tous les accompagnants et les enfants/ados. **Christiane Beele**, coach, formatrice, **Florent Gryson**, coach - Jeunes/Indigo. Rue de l'agricul-

ture, 101. 1030 BXL. Flocris, Les Chemins Du Bien-Etre. 02 726 61 28 - 0496 475 993. info@flocris.be - www.flocris.be

Le coeur esprit. Le moine guerrier dans la tradition daoïste. 20/11. 9h30-17h. La culture de soi dans l'antiquité chinoise a proposé des modèles de méditation. Ses modèles sont-ils encore présents dans la réalité d'aujourd'hui ? **Brigitte Meeus**, psychologue, initiée au Taijiquan et au qigong en Chine. Rue du Midi, 69. 1000 BXL. Voies De L'Orient. 02 511 79 60. info@voiesorient.be - www.voiesorient.be

Anthropologie énergétique selon J.T. Zébério. 20/11. 14h30-17h. Evolution et involution : une histoire d'amour entre Dieu et sa création. **Raymond Molon**. Centre Com. du Chant d'oiseau. Av. du Chant d'oiseau, 41. 1150 BXL. Coussement Ann. 0479 998 011. ann.coussement@hotmail.com

Présentation de patch non-transdermiques. 20/11. 15h-18h. Testez gratuitement des patch non-transdermiques de régénération des fonctions naturelles innées de votre corps. Aimer Apprendre. Av. Coghen, 219. 1180 BXL. Brussel 'S Lifewave Team. 02 537 44 45.

Soirée de contes. 20/11. 20h-22h. Aux questions angoissées que se pose notre époque, **Henri Gougoud**, conteur, parolier, écrivain, répond par des contes et des histoires. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BXL. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

La voie soufie de l'Amour. 21/11. 14h-17h. Rencontre musicale et spirituelle. **Sheikh Hassan**. Rue des Minimes, 27. 1000 BXL. Centre Yogashram Asbl. 02 512 64 92. yogashram@belgacom.net - www.centreyogashram.be

Croisière-séminaire sur voilier Canaries et Bahamas 2011. 25/11. 20h-21h30. Soirée d'info. "A la rencontre des Dauphins, de l'Eau, à la rencontre de Soi". Temps de Relation à soi, à l'autre, joie de vivre au RV ! **Marie-Christine Parret**, psychothérapeute. 1180 BXL. Dolphin Reviv'L. 0499 176 795. dolphinrevival@skynet.be - dolphin-revival.com



Le Massage Initiatique®

Magnifique chemin d'ouverture du cœur
et de guérison des blessures profondes de l'Être
par un massage de nos 4 niveaux de conscience



- **Ateliers-Découvertes** (entrée gratuite, sur réservation)
Sam. 4/12/10 - 8/1/11 de 10h à 13h,
Mar. 11/1/11 de 19h à 22h
- **Nouvelles formations à partir du 25/1/2011**
Welriekendreef 45 - 3090 Overijse (Jezus Eik)
- **Renseignements & inscriptions**
02 657 65 37 ou 0475 47 27 90

Ecole du Mieux-Vivre Bruxelles

*Retrouvez l'essentiel en
dialoguant avec votre corps*

Travail sur soi / formation professionnelle
Kinésiologie Touch For Health®
One Brain® - Trois Concepts en Un

Conférences : 24/11 - 20h (RSVP)

Energie tibétaine : 2/12 - 19h-22h

Lecture du visage : 10 décembre

Changer sa vie : 11 décembre

Perceptions extra-sensorielles : 12 décembre

Début Formation One Brain : 22 janvier

Consultations sur RDV
02 649 49 68 - npeyre@skynet.be
www.kinesiologie-bruxelles.be



avec Nicolette Peyre
Formatrice avancée
Three In One Concepts®,
Instructrice Touch For Health
(agrée IKC)



La lecture, une ouverture vers votre « devenir »

CROIRE... C'EST VOIR

– D' Wayne Dyer

Classique incontournable à la base de toute
la pensée du célèbre auteur, apprenez à aller
au-delà de votre vie...

■ ISBN 978-2-89225-711-3 • 288 p. • 17 €

TOUJOURS PLUS HAUT

– Michael J. Fox

Le sympathique Michael nous raconte les dons
de sa vie malgré la maladie de Parkinson.

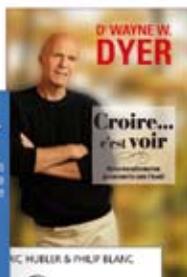
■ ISBN 978-2-89225-695-6 • 288 p. • 19 €

L'ÉQUILIBRISTE

– Eric Hubler et Philip Blanc

Une invitation à une incroyable transformation intérieure
pour vivre pleinement.

■ ISBN 978-2-89225-719-9 • 288 p. • 19 €



En librairie ou à la maison d'édition • Distribués par Interforum editis
Catalogue gratuit sur simple demande • Editions Un monde différent • www.unmondedifferent.com
8, rue d'Irlande, 68310, Wittelsheim, France • Tél. : 03-89-513-140 • Fax : 03-89-579-218
www.libreentreprise.com • info@libreentreprise.com

Amour, émotions et désir de vivre. 26/11. 20h-22h. Transformez le stress en motivation en découvrant l'amour dans chaque chose de la vie. **Jean-Pierre Norguet**, kinésologue. Aimer Apprendre. Av. Coghen 219. 1180 BXL. 0498 628.150. ateliers.alternatifs.eu

Tantrisme, corps et féminin. 26/11. 20h-22h. Comment le tantrisme peut aider l'occidental à retrouvé sa puissance féminine archétypale et sa dimension du corps charnelle autant que sacrée. **Daniel Odier**, a reçu de Kabu Rinpoche la transmission de Mahamûdra. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BXL. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Eveil et progression spirituelle. 26/11. 20h. Difficultés et solutions. **Dominique Ramassamy**, fondateur du yoga du coeur subtil. Rue des Minimes, 27. 1000 BXL. Centre Yogashram Asbl. 02 512 64 92. yogashram@belgacom.net

Les saisons : un lien entre l'homme, la terre et le ciel. 26/11. 20h. Les fêtes cardinales sont des portes de sagesse ouvrant vers un chemin de croissance. Leurs rythmes sont en lien avec la respiration de la terre et celle du cosmos. **Michèle Zeidler, Daniel Hourquescos**. Aimer Apprendre. Av. Coghen, 219. 1180 BXL. 0498 120 139. Voir rub. Av Prem.

Forum Solo «De l'isolement oppressant à une solitude habitée?» 27/11. 12h-18h. Pour tout adulte qui ne vit pas en couple... Forum construit sur l'expérience du chemin d'Etty Hillesum. **Isabelle Meeus**, écrivain. Maison Fondacio. Rue des mimosas, 64. 1030 BXL. Fondacio-Groupe Solos. 02 2413357 - 0472 78 28 73 - 0486 90 57 50. belgium@fondacio.org

La guérison par voie spirituelle selon l'enseignement de Bruno Gröning. 27/11. 19h30-21h30. Une voie simple, naturelle et gratuite, prouvée par des médecins. **A. Flörchinger**, médecin généraliste, homéopathe. Best Western County House Hotel. Square des Héros, 2. 1180 BXL. 087 65 38 69. belgium@bruno-groening.org - www.bruno-groening.org

Introduction au cours d'enseignement de QiGong. 27/11. 18h30. Découvrir les détails du stage taoïste (début avril 2011) qui in-

clut le QiGong, le travail énergétique, la méditation, la médecine chinoise et la philosophie taoïste. **Carsten Dohnke**. Rue Gray, 4. 1040 BXL. Chiness Centre. 0474 269 862. info@chinesscentre.be - www.chinesscentre.be

Méditation transcendante. 1/12. 20h-21h30. Le premier mercredi de chaque mois. Une technique simple et efficace forte de plus de 5000 ans de tradition spirituelle ininterrompue et validée par plus de 600 recherches scientifiques. **Claudio Scubla**, professeur. Rue Archimède, 60. 1000 BXL. Mivs. 02 231 11 23. claudio.scubla@tm-mt.be

Pour un humanisme spirituel : une vraie réponse à la crise. 2/12. 20h-22h. Dans un monde tiraillé entre deux : le matérialisme consumériste et le dogmatisme religieux, il existe une autre voie : celle d'un humanisme spirituel. **Frédéric Lenoir**, écrivain, rédacteur en chef du «Monde des religions». Auditoire centraux. Avenue E Mounier, 51. 1200 BXL. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be. Voir rub. "Av. première"

La sixième extinction : l'humanité y est-elle vouée ? 4/12. 15h. **Jean-Marie Beduin**, conférencier officiel de l'URCI. Rue Marché aux poulets, 39. 1000 BXL. A.m.o.r.c.. 02 726 73 49 - 0475 678 729. www.rose-croix.org

Anthropologie énergétique selon J.T. Zéberio. 4/12. 14h30-17h. Alimentation et respiration. **Raymond Molon**. Centre Com. du Chant d'oiseau. Av. du Chant d'Oiseau. 1150 BXL. Coussement Ann. 0479 998 011. ann.coussement@hotmail.com

Heuresuite au travail & dans la vie ou les clés d'une relation positive au travail. 7/12. 19h30-21h. Comment aller travailler tout en débordant d'énergie? Vous amuser tout en faisant du bon travail? **Christine Kati**, Life & Work Coaching, **Laurence Bellet-Barlow**, coach - trainer - consultant. Aimer apprendre. Av. Coghen 219. 1180 BXL. 0472 56 78 78.

Soirée d'information. 9/12. 18h-21h. Rencontre avec les coaches du BAO/Elan Vital pour un large aperçu holistique de nos outils, de notre méthodologie, de qui nous sommes et de nos valeurs. Le Bouche à Oreille. Rue Félix Hap,

11. 1040 BXL. Baogroup - Elan Vital. 02 732 48 44. ev-admin@baogroup.be - www.baogroup.be

BRABANT WALLON

La co-création selon l'astronomie et la géobiologie. 8/11. 20h-22h. Comment vivre en lien avec le cosmos, en soutenant la vie magnétique de la Terre en toute simplicité et humilité. **Gino Rattinckx**, chercheur. Kampana. Rue de la Station, 95. 1457 TOURINNES-SAINT-LAMBERT. Alexia Boucau. 0488 883.576. alexia@kampana.be - www.kampana.be

La lassitude de vivre. 8/11. 19h30-22h30. Chaque mois, présentation d'1 des 258 conférences du Guide du Pathwork qui dessinent 1 cartographie de la psyché humaine. **Marianne Hubert**, formatrice Pathwork Belgique. Rue de la Gare d'Autre-Eglise, 1. 1367 AUTRE- EGLISE. Le Troisième Pole Asbl. 0477 50 24 31 - 0477 94 02 80. troisiemepole3@gmail.com. Réservation souhaitée.

Séance de questions-réponses en groupe. 14/11. 14h. Canalisation du «Guide», qui nous initie à une dimension plus élevée de notre question, ns permettant d'aborder notre défi à partir d'une perspective plus large. **Marianne Hubert**, formatrice Pathwork Belgique. Rue de la Gare d'Autre-Eglise, 1. 1367 AUTRE- EGLISE. Le Troisième Pole Asbl. 0477 50 24 31 - 0477 94 02 80 - troisiemepole3@gmail.com. troisiemepole3@gmail

PCI : soirée d'information. 17/11. 19h30. Présentation de la Psychologie Corporelle Intégrative. **Thérapeutes Certifiés**. Carpe Diem. Rue de la Place, 16. 1325 VIEUSART. Ipci Belgique. 0478 027 724. info@ipci.be - www.ipci.be

Mythodrame, théâtre de masques et individuation. 19/11. 19h30. Partage avec des documents filmés et toute la réflexion de sa longue expérience. **Laura Sheleen**, formatrice, thérapeute. UCL. Auditoire Socrate, Pl. du Cardinal Mercier. 1348 LLN. Cefri Jung Belgique. 0492 943 555. www.vivesvoies.be. Voir rubrique "avant première"

Un petit coin pour soulager la planète. 19/11. 20h. Que faire de tout cet or noir et ces litres de liquide doré

À contre-courant de la grisaille médiatique, voici une floraison de nouvelles positives issues du monde entier. Et comme notre attention nourrit ce sur quoi elle se pose, en choisissant de regarder le positif, nous alimentons le vent du changement qui souffle à l'orée des consciences... Et ça, c'est déjà une bonne nouvelle !

Lanternes solaires primées

La compagnie *D.Light Design* [Inde] vient de remporter le *Prix Ashden 2010* pour les énergies renouvelables, grâce à ses lanternes LED rechargeables à l'énergie solaire. Ces lanternes visent à remplacer les sources de lumière polluantes basées sur le pétrole, comme le kérosène ou les bougies, encore utilisées par les 1,6 milliard d'individus dans le monde qui n'ont pas accès à l'électricité. [Source : ashdenawards.org]

La «pompe du peuple»

La première «pompe du peuple», un concept lancé en Flandre en février 2009, vient d'être inaugurée en Région wallonne, à Herstal. Une pompe pas tout à fait comme les autres, puisque qu'elle délivre le carburant le moins cher possible. Les clients de la «pompe du peuple» ont non seulement l'assurance d'obtenir l'essence ou le diesel au prix le plus bas, mais s'ils enregistrent le n° de leur carte de banque sur Internet, une participation bénéficiaire [versée au début de l'année qui suit] leur est garantie. Le concepteur du projet, Pieter Poissonier, prévoit d'en ouvrir une quinzaine en Wallonie et à Bruxelles en 2011. Le succès ne devrait pas tarder à arriver...

[Source : 7sur7.be]

6.000 nouvelles espèces !

Il aura fallu 10 années de recherches intensives, menées par quelques 2.700 scientifiques originaires de 80 pays, et qui ont donné lieu à plus de 540 expéditions, pour réaliser le plus important recensement de la vie marine qui ait jamais été mené. Et les premières conclusions sont ahurissantes : 6.000 nouvelles espèces viennent grossir les rangs de la biodiversité aquatique ! Des chiffres qui donnent le vertige et permettent de mesurer le caractère hors norme du *Census Of Marine Life 2010*, dont l'histoire retiendra qu'il s'agit du «premier Recensement de la vie sous-marine».

[Source : zegreenweb.com]

75.000 ha pour les aborigènes !

Début octobre, le premier ministre australien de l'Etat du Queensland, Anna Bligh, a annoncé que son Etat allait restituer 75.000 hectares de terre aux aborigènes !

«Cette décision met un terme à un chapitre honteux de l'histoire indigène du Queensland», a souligné la ministre.

Comme cette zone, baptisée *Archer Bend*, se trouve dans le parc national de *Mungkan Kandju National*, créé en '77, cela empêchait toute personne, notamment les aborigènes, d'acheter des terres, construire des logements ou installer des entreprises.

La ministre du développement durable du Queensland, Kate Jones, a quant à elle souligné que cette décision déposait l'Etat de la propriété de la zone et permettait aux aborigènes de gérer ce site culturel et naturel.

[Source : nouvelobs.com]

Chats, chiens & eBay

Le site de ventes aux enchères en ligne *eBay* vient d'annoncer qu'il interdisait la commercialisation de fourrures de chats et de chiens sur ses plateformes germanophones : l'Autriche, l'Allemagne et la Suisse.

Cette interdiction est valable pour tous les produits fabriqués à partir de fourrures de chats ou de chiens comme les vêtements, couvertures, jouets ou porte-clés.

Contactée par la *Fondation 30 Millions d'Amis*, *eBay France* indique que cette mesure sera également mise en place et respectée en France dans les prochaines semaines.

L'entreprise d'enchères en ligne fait également savoir que d'autres pays européens appliqueront cette décision «à leur rythme, selon leurs contraintes».

[Source : infonatura.over-blog.com]



Maroc & énergies vertes

Le Maroc vient de s'engager dans un vaste programme de production d'électricité «verte» visant à réduire sa dépendance aux importations d'énergie, mais aussi à en exporter une partie vers l'Europe.

Quelques 126 éoliennes surplombent déjà la ville de Tanger sur près de 40 km pour constituer, selon la responsable du projet, Loubna Farabi, le «plus grand parc éolien d'Afrique». Edifié sur les crêtes du site de Dhar Saadane, le parc d'une capacité à terme de 140 MW a été inauguré en juin dernier et constitue l'une des premières réalisations qui concrétise le plan marocain de développement des capacités de production d'énergie renouvelable.

Mais ce parc éolien n'est que le premier chantier dans la conversion énergétique du royaume, qui veut atteindre une capacité de production éolienne de 2.000 MW en 2020, pour 280 MW installés aujourd'hui.

Au niveau de l'énergie solaire, le Maroc bénéficie d'un gisement solaire lui permettant d'envisager des centrales au rendement très intéressant.

Mustapha Bakkoury, le président de l'Agence marocaine de l'énergie solaire prévoit d'ailleurs «2.000 MW à développer entre aujourd'hui et 2020».

Au niveau de l'énergie hydraulique, la production sera renforcée par la construction de 3 barrages par an jusqu'en 2020, pour atteindre une capacité de 2.200 MW.

Le Maroc s'est fixé pour ambition de porter à 42% la part d'électricité d'origine renouvelable d'ici à 2020, avec une répartition équitable entre éolien, solaire et hydraulique, [Source : energies-m-anderson.blogspot.com]

Ecole verte

À Bali un couple d'anciens joailliers canadiens a décidé d'ouvrir la première école où l'on enseigne l'écologie en pleine nature. L'Indonésie est à la fois un contributeur du réchauffement climatique et une victime, mais peu d'habitants en comprennent les ressorts. La Green School de Sibang Kaja à Bali

est une école écologique qui réunit plus de 120 élèves de toutes nationalités, âgés de 3 à 14 ans. Les co-fondateurs souhaitent «former une génération de citoyens responsables, capables d'agir durablement pour la planète».

[Source : ddmagazine.com]

Couche d'ozone

A l'occasion de la journée internationale de protection de la couche d'ozone, un rapport scientifique de l'ONU a été publié sur l'impact du Protocole de Montréal [signé en '87 pour contrôler les substances détruisant cette couche de l'atmosphère]. Selon cette étude, la couche d'ozone a enfin cessé de se réduire grâce aux mesures prises contre de nombreux gaz polluants, tels que les chlorofluorocarbones [CFC].

Retraite & générosité

Heureux d'en finir avec la vie active, un Allemand a fêté son premier jour de retraite en distribuant des euros dans les rues piétonnes de la paisible cité d'Aschaffenburg !

«Je ne suis ni chômeur, ni sans domicile fixe. Je suis marié. Je vais bien. C'est pourquoi je souhaite vous offrir ces euros» : c'est avec ce panneau accroché autour du cou que le jeune retraité, en costume, a procédé à sa généreuse distribution dans une joie contagieuse...

[Source : planetpositive.org]

Découvrez d'autres actualités positives sur www.agendaplus.be

- 40 milliardaires cèdent la moitié de leur fortune !
- 1^{ère} «baskets» 100% écologiques
- Vidéo inspirante : L'album des petits miracles

... et PLUS !

Retrouvez aussi nos «actualités positives» sur Capital FM [101.9 FM - Wavre, Ottignies, LLN] ou partout ailleurs via www.capital-fm.be


101.9 FM le son de la Wallonie

BIEN MANGER MALGRÉ SES ALLERGIES ALIMENTAIRES...



www.allergoshop.be

Livraison dans toute la Belgique

OU...

**dans notre magasin de Bruxelles,
plus de 850 produits sans gluten, sans lactose,
sans soja, sans oeuf...**

- Pains frais et viennoiseries tous les jours
- Snacks, bière, soupes, pâtes, pizzas, biscuits...
- Tartes salées et sucrées le vendredi et samedi



**Paniers bio de fruits & légumes
tous les vendredi !**

allergoshop

Ouvert du mardi au samedi de 10h à 18h.

Ch. de Wavre, 1588 à 1160 Auderghem - Tél. : 02 771 00 13

Nouvelle adresse !

? Parlons-en !!! **Marc Van Damme**. 1348 LLN. MDD. Place Agora. 010 47 39 59. aline.wouters@maisondd.be - www.maisondd.be

Du stress à l'harmonie. 20/11, 16h-18h. Conférence STAR. Présentation interactive de la nouvelle approche holistique STAR pour être à l'écoute de votre étoile et mieux s'orienter dans le monde d'aujourd'hui. **Myriam Van Espen**, conseillère holistique, **Claudia Ucros**, psychologue, **Audrey Yargui**, chiropraticienne. Rue de l'Espinat, 40. 1380 LASNE. Equipe Radiance. 0479 339 433. claudia.ucros@mac.com - espace-en-nous.be

La logique familiale. 26/11, 16h30-17h30. Comment l'histoire familiale influence ma vie, mes choix, mes relations ? **Martine Eleonor**, conceptrice de l'atelier. Expression asbl. Rue Trémouroux, 9. 5030 ERNAGE. 081 61 52 81. www.transgenerationnel.be. Réservez par tél

Voyage Dauphins : réunion d'information. 2/12. 20h30. Croisière à la voile, à la rencontre des dauphins sauvages et de soi-même à Bimini, Bahamas avril 2011. **Anouk Pavy**, accompagnatrice psycho corporel. 1490 COURT-SAINT-ETIENNE. 0476 523 654. anouk.pavy@gmail.com

Les 4 saisons: un lien entre l'homme, le ciel et la terre. 3/12. 20h. L'hiver et la fête de Noël. Retrouver le sens des fêtes cardinales est un guide pour notre évolution intérieure **Michèle Zeidler**, psychothérapeute, **Daniel Hourquescos**, ostéopathe, science des chakras. Rue de Sotriamont, 70. 1400 NIVELLES. Espace Présence Scs. 067 21 74 36. info@espacepresence.be. Voir rub. Av Prem.

Une humanité consciente avant 2025. 8/11, 16/11 ou 25/11. 20h-22h30. Une utopie ou possibilité du passage vers un nouveau paradigme ? Intro au stage: y faire part. Inspiré du livre «La nouvelle Terre»- Eckhart Tolle. **Harry Smulders**, facilitateur. The Source. Sept Fontaines 1. 1640 RHODE-SAINT-GENESE. . 02 380 50 75.

Introduction à l'Ennéagramme Essentiel. 4, 9, 18 ou 24/11. 19h. Reconnaître son ennéatype : mieux savoir qui je suis, comprendre les autres. Savoir pourquoi je suis ici, ce que je suis venu faire.

Harry Smulders, enseignant en ennéagramme. The Source. Sept Fontaines 1. 1640 RHODE-SAINT-GENESE. 02 380 50 75. thesource2025@gmail.com

La soif d'absolu. 30/11. 20h-22h. La recherche de la Lumière en l'homme fait l'objet d'une quête spirituelle permanente. Cette soirée offrira le point de vue de la Rose-Croix d'Or. Elzenhof, Av. de la Couronne, 12-14. 1050 GENT. Lectorium Rosicrucianum. 09 225 43 16 - 0475 46 71 34. info@rose-croix.be

Des solutions pour bien dormir sans médicaments. 10/11. 19h30-21h30. Si vous avez des troubles du sommeil et que vous voulez bien dormir : présentation de solutions pratiques ! **Eric Verstraete**, géobiologue. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 087 56 18 84.

Devenez remarquable. 15/11. 19h30-21h30. Pour découvrir comment communiquer de façon remarquable dans sa vie professionnelle et personnelle. **Carine Huppermann**, auteure. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 0498 077 167. www.espace-de-ressourcement.be

Le Feng Shui et la loi de l'attraction. 15/11. 12h30-14h. De quelle manière notre logement et sa décoration influencent-ils notre quotidien ? Comment interagir efficacement pour activer la loi de l'attraction. **Emmanuel De Win**, expert diplômé en Feng Shui & géobiologie. La Convi. 4630 LIEGE. 0472 308 656. info@interieurparticulier.be - www.feng-shui-geobiologie.be

L'Avenir appartient aux Enfants épanouis. 16/11. 19h30-21h30. Une autre approche éducative pour une autre société. **Laurence Legrand**, aligneuse, réflexologue. Centre Etre-à-Soi. Rue Lesoinne, 32. 4000 LIÈGE. 0476 476 906. laurence@blanchecolombe.be - www.blanchecolombe.be

Transurfing - modèle quantique de développement personnel. 16/11 et 8/12. 19h30-21h30. Modèle quantique de développement personnel, le Transurfing jette un regard neuf sur notre condition d'humain et nous invite à retrou-

ver notre liberté. **Olivier Masselet**, conférencier - coach. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 0486 076 724. www.espace-de-ressourcement.be. Voir rub. Av Prem.

TRANSURFING
WWW.TRANSURFING.FR
 DÉVELOPPEMENT PERSONNEL QUANTIQUE

Conférences de Olivier Masselet :
 Liège - esp. de ressourcement,
 16 novembre et 8 décembre

Séminaires :
 Trajet 4 WE à Liège à partir de janvier

Info et contact sur le site.

Le Reiki dans toutes ses dimensions. 16/11. 20h-22h. L'utilité d'apprendre cette technique toute simple qui vous permet de prendre votre «vie en main» au niveau physique, psychique et spirituel. **Anne-Marie Dekoster**, maître Reiki et psychothérapeute. 4280 HANNUT. 081 87 93 65 - 0499 370 997. dekosterannemarie@yahoo.fr

Comment soulager vos douleurs par la magnétothérapie, la géobiologie, l'équilibre de vos énergies... 16/11. 13h30-15h45. Le lieu où je vis, la place du lit ont-ils une influence sur ma santé; le champ magnétique agit-il sur nos cellules ? Comment circule notre énergie... **Michel Lespagnard**, ing. élec., géobiologue, Centre Culturel de Alleur. 4432 ANS-AL-LEUR. C.e.r.e.b. 04 246 25 19. cereb@skynet.be - www.cereb.be

Le Feng Shui et la loi de l'attraction. 17/11. 12h30-14h. De quelle manière notre logement et sa décoration influencent-ils notre quotidien ? **Emmanuel De Win**, expert diplômé en Feng Shui & géobiologie. Espace de Ressourcement. Rue Schmerling, 11. 4000 LIEGE. Intérieur Particulier. 0472 308 656. info@interieurparticulier.be - www.feng-shui-geobiologie.be

La construction du Nouveau Monde. 18/11. 19h30-21h30. Qu'est-ce que le Nouveau Monde ? Comment le construire ? Quelles seront les implications pour chacun ? **Liliane Bassanetti**, auteure et thérapeute. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 00 33 6 17 64 89 62. www.espace-de-ressourcement.be

EquiPhilosophie - « Ce que les Chevaux Susurrent à nos Oreilles ». 22/11. 19h30-21h30. De l'importance de nous recon-

au jour le jour

MARY Hash

CRÉATEURS D'ÉMOTIONS

Le massage tantrique®



Il est des lieux qui subliment les êtres et l'existence, éveillent l'âme et invitent à l'amour. Oui, j'ai bien dit «à l'amour». Amateurs de sensations fortes, affamés de tendresse, il est temps de vivre l'expérience ultime: le massage tantrique.

Certes, le mot rime avec lubrique. Pourtant, il n'y a rien de malsain dans l'association de ces deux mots à forte connotation sensuelle.

Marie et Thierry Raes en ont inventé le concept il y a 9 ans, lors d'une séance de massage à deux au cours de laquelle Marie a alors ressenti quelque chose d'unique, au-delà de la relaxation ou de l'excitation sexuelle. Ils ont cherché à comprendre, lui dans sa connaissance du massage, elle dans ses acquis de médecine chinoise et son passé d'infirmière.

Ils ont mis sur pied une technique nouvelle, un «chef-d'œuvre collectif de célébration joyeuse» qu'ils mettent en scène dans leur sublime maison de maître de l'Avenue Albert. On y entre comme dans un temple, et c'est bien de spiritualité qu'il s'agit.

Le Tantra, qui signifie «tissé ensemble», est une voie de transformation de l'être humain, qui cherche à donner une dimension spirituelle au toucher et à l'extase. Il s'agit donc également d'un réel éveil à l'érotisme. L'idée: libérer l'énergie du désir, la faire «remonter» dans le corps afin de la vivre sans jamais atteindre le point de «non-retour».

Concrètement, cela signifie qu'une fois installé dans un délicieux cabinet aux lumières tamisées et aux subtiles senteurs, il faut accepter d'être allongé nu(e) sur un grand futon. Il faut aussi accepter la nudité du masseur, Thierry, ou de la masseuse, Marie ou l'une de ses 4 condisciples. Alors, une fois les yeux fermés, il n'y a pas d'autre choix que de lâcher-prise, de s'abandonner par vague à un plaisir immense, d'autant plus stupéfiant qu'il est inconnu.

Avec des huiles chaudes, sous les mains, les doigts, la poitrine, les jambes de Marie, aucune zone du corps n'est taboue. Mary le sait et ne s'attarde pas «là» plus qu'ailleurs, investie d'une mission: nous éveiller à des sensations plus subtiles. Et l'on découvre, ébahi(e), la résonance tactile de l'oreille, la soie vibrante de la cheville, et le frisson de l'aisselle.

Un tourbillon, oserais-je dire une révélation, qui amène à voir -et faire- l'amour autrement.

Le petit plus: Massages coréens, californiens, taoïstes, futures mamans.

Plus original, le massage tantrique pour couples peut être donné à la leur d'un feu de bois et laisse aux amoureux tout loisir de se retrouver ensuite...

Francine Burlet
(Événement Juillet 2007)

Pour Elle & Lui, pour Eux ...



MARY Hash
CRÉATEURS D'ÉMOTIONS

192 avenue Albert
1190 Bruxelles
Tél.: 02/ 346.57.59

www.maryhash.com

Mary Hash engage une collaboratrice.

necter à notre dimension animale divine et sacrée, de créer des relations harmonieuses et respectueuses avec les chevaux. **Martine D'Haseler**, équiThérapeute. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 0034 922 81 40 39. www.espace-de-ressourcement.be

«**Lâcher prise**» 23/11. 19h30-22h30. Une des clés du lâcher prise est de vivre dans l'ici et le maintenant. **Salvatore Rindone**, thérapeute énergétique. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 0485 366 350. www.espace-de-ressourcement.be

La réharmonisation énergétique. 24/11. 19h30-21h30. Elle libère les charges émotionnelles et dissout les traumatismes que nous créons. **Carine Volvert**, thérapeute en énergétique. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace De Ressourcement. 0497 718 067. www.espace-de-ressourcement.be

«**L'écrivain face à l'obscurantisme**» 25/11. 20h15. **Yasmina Khadra**, écrivain. Palais des Congrès de Liège. Esplanade de l'Europe, 2. 4020 LIÈGE. Les Grandes Conférences Liegeoises Asbl. 04 221 93 63 - 04 221 93 69. www.gclg.be

Les saisons : un lien entre l'homme, la terre et le ciel. 29/11. 19h30-21h30. Entrons par la porte du solstice d'hiver pour célébrer Noël. De la tradition païenne à la tradition chrétienne vers une sagesse de l'esprit... **Michèle Zeidler**, psychothérapeute, **Daniel Hourquescos**, ostéopathe. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace De Ressourcement. 0498 120 139. www.espace-de-ressourcement.be. Voir rubrique "avant première"

Les Bols tibétains. 1/12. 19h30-21h30. Ils émettent une résonance profonde ainsi que de nombreuses harmoniques qui nous amènent dans un état de relaxation profonde. **Fabienne Derselle**, psychologue. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 0479 578 492. www.espace-de-ressourcement.be

Les neurosciences au service des comportements, une nouvelle approche de l'être humain. 7/12. 19h30-21h. L'approche

neurocognitive et comportementale réalise la synthèse entre les sciences de la psychologie et les neurosciences. **Chantal Vander Vorst**, formatrice. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. Espace de Ressourcement. 02 737 74 80. www.espace-de-ressourcement.be

Démonstration Bio Vie - Aromathérapie. 7/12. 20h. Démonstration pratique d'une nouvelle gamme de produits de soins et de soutien thérapeutique. **Agnès Goblet**, formatrice. Rue Z. Gramme, 17. 4280 HANNUT. A La Vraie Vie. 0478 240 033. alavraievie@yahoo.fr Rés. souh..

HAINAUT

Comprendre la mort pour donner un sens à sa vie. 10/11. 19h30. En frôlant la mort, ils ont reçu des précieuses réponses sur la vie. Quelles sont ces réponses ? **Denis Simon**, conférencier. Hotel Métropole. Rue Léopold II, 20. 7000 MONS. Éditions Du Graal. 0495 373 166.

La maîtrise du stress. 12/11. 20h. Conférence-débat. **Ibrahim Ben Sassi**, conférencier officiel de l'URCI - AMORC. Airport Hotel. Chaussée de Courcelles, 115. 6041 GOSSELIES. A.m.o.r.c.. 0494 162 798.

La P.N.L. : le changement en marche. 16/11. 19h-21h. Qu'est que la PNL? Que nous propose-t-elle? Quelles sont ses applications, ses outils ? Changer grâce à la PNL. Sur réserv. **Fernand Cordier**, maître-praticien PNL, **Karima Kaddour**, psychologue. Rue de Namur 481. 6200 CHÂTELET. Evolution, 481. 0471 201 457. evolution481@hotmail.com

«**La kinésiologie, ça sert à quoi?**» 24/11. 19h-22h. Une puissante technique pour lever des blocages émotionnels et énergétiques provoqués par des événements dont nous n'avons parfois même plus souvenir. **Jean-Claude Deconinck**, kinésologue-psychothérapeute. Be Happy Bien-Etre. Rue Roque Crépin, 24. 7521 TOURNAI. 069 360 490 - 0496 242 837. jc.deconinck@behappy-bien-etre.be - www.behappy-bien-etre.be

J'ai commencé mon éternité. 25/11. 20h. Lecture Spectacle Débat. **Edith Fournier**, docteur en psychologie, auteure (Cana-

da). Centre Temps Choisi. Place Jules Destrée. 6060 GILLY. Cunic Asbl. 071 65 48 30. cunic@cunic.be - www.cunic.be

Le Reiki, l'art secret d'inviter le bonheur. 30/11. 20h. **Maud Pelgrims**, maître Reiki. Rue du Capitaine 3. 6061 MONTIGNY-SUR-SAMBRE. L'Hêtre D'Or Asbl. 071 43 55 53. hetredor@skynet.be

NAMUR

Écriture créative et mandala intuitif. 10/11. 14h-17h. Susciter un dialogue entre les langages, l'un se nourrissant de l'autre et exprimer ainsi ses sources et ses feux, son identité profonde. **Agnès Henrard**, animatrice et formatrice aux techniques d'animation. Rue Basse Marcelle 26. 5000 NAMUR. Maison de L'Écologie. 081 22 76 47. contact@maisonecologie.be - www.maisonecologie.be

Praticien en Coaching mental : un métier d'avenir. 11/11 ou 2/12. 20h-22h30. Présentation de cette nouvelle approche, très efficace, combinant coaching classique, PNL et hypnose. Présentation du contenu de la formation. **Michel Villacorta**, maître-praticien certifié PNL, hypnothérapeute certifié par la National Guild of Hypnotists (NGH), U.S.A. . Rue Basse Marcelle, 26. 5000 NAMUR. Maison de L'Écologie. 081 22 76 47. contact@maisonecologie.be - www.maisonecologie.be/coaching-mental-hypnose.html

Quelle technique vous correspond le mieux dans la gestion du stress ? 15/11. 19h-20h30. Crampes, fatigue, nausées, confusion, paniques, vertiges, insomnies, à bout, maux de tête, ... stress. Présentation des techniques rapides. **Isabelle Croisiau**, psychologue, thérapeute. Humanescence. Rue Godefroid, 20. 5000 NAMUR. 0493 193 662. info@isabelle-croisiau.be - www.isabelle-croisiau.be/ Inscr. oblig.

Reboisons l'âme humaine... 24/11. 20h-22h. Conférence-rencontre exceptionnelle avec **Jules Beaucarne**, chanteur, poète, artiste, homme engagé, interviewé par Monique Gyselinx. Réservation nécessaire. Maison de la Culture. Avenue Golenvaux, 14. 5000 NAMUR. 081 22 76 47. contact@maisonecologie.be - www.maisonecologie.be

Voir rubrique "avant première"

Les clés de l'alimentation saine. 25/11. 20h-22h. Préserver notre santé et celle de nos enfants. Les règles à connaître pour fournir à notre corps ce dont il a besoin pour fonctionner correctement. **Françoise Champion**, naturopathe. Rue Basse Marcelle, 26. 5000 NAMUR. 081 22 76 47. contact@maisonecologie.be - www.maisonecologie.be.

La guérison par voie spirituelle. 26/11. 19h30-21h30. Selon l'enseignement de Bruno Gröning, une voie simple, naturelle et gratuite, prouvée par des médecins. **A. Flörchinger**, médecin généraliste, homéopathe. «Humanescence». Rue Godefroid, 20-22. 5000 NAMUR. 087 65 38 69. belgium@bruno-groening.org - www.bruno-groening.org

La logique familiale. 26/11. 16h30-17h30. Comment l'histoire familiale influence ma vie, mes choix, mes relations ? Re-programmez-vous et choisissez votre propre scénario. **Martine Eleonor**, conceptrice de l'atelier de mieux-être. Expression asbl. Rue Trémouroux, 9. 5030 ERNA-GE. 081 61 52 81. [info@transge-](mailto:info@transge-nerationnel.be)

www.transgenerationnel.be. Réservez par tél.

Céramiques. 27 au 28/11. 10h-20h. Exposition sur le thème de Noël et l'An nouveau. **Françoise De Backer**, céramiste. Ferme du Château d'Hambraire. Rue des Ardenes, 16. 5380 FERNELMONT. Porte Du Pelerin Asbl. 080 83 43 01.

"Faux départ". 28/11. 13h-17h30. Enquête sur les expériences de mort imminente : un film de 87 minutes pour voir la vie autrement, présenté par sa réalisatrice. **Sonia Barkallah**. Avenue Schögel, 59. 5590 CINEY. Ciney Expo. 083 21 33 94. www.cineyexpo.be. Voir rub. "avant première"

L'hiver et la fête de Noël. 30/11. 19h30. Entrons par la porte du solstice d'hiver pour célébrer Noël. De la tradition païenne à la tradition chrétienne voici une sagesse de l'esprit... **Daniel Hourquescos**, ostéopathe **Michèle Zeidler**, psychologue. Trifolium. Rue de Baudecet, 9. 5030 SAUVENIERE. 081 61 44 50 - 0498 120 139. michelezeidler@hotmail.com. Voir rub. "avant première"

Les saisons, un lien entre l'Homme, la Terre et le ciel.

2/12. 20h. Autre regard sur Noël. Les fêtes cardinales sont des portes de sagesse ouvrant vers un chemin de croissance. **Michèle Zeidler**, psychologue **Daniel Hourquescos**, ostéopathe. Ferme de Vevy Wéron.. 5100 WÉPION. 081 46 11 22.

« La Méditation mindfulness ». 7/12. 18h. Apprivoiser le stress et les émotions par la Pleine Conscience. **Gwénola Herbet**, docteur en psychologie et psychothérapeute. Trifolium. Rue de Baudecet, 9. 5030 SAUVENIERE. 0477 567 748. gwenola.herbet@gmail.com

LUXEMBOURG

L'unification dans la pratique quotidienne. 26/11. 20h. Cette conférence proposera des pistes concrètes pour s'unifier et préfigure un stage consacré au même sujet la semaine suivante, les 3-4-5 décembre. **François De Kock**. Ferme de Gérardnoue. Gérardnoue, 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 0475 743 903. expansions@belgacom.net - www.expansions.be

CHIness Centre Bruxelles

Cours de Tao :



les 27-28/11
fini le burn-out,
fusion des 5
elements
avec

Carsten Dohnke

Séance d'info le 27/11 à 18h30

Carsten vous invite aussi à venir découvrir les détails de son stage Taoïste incluant le Qigong, le travail énergétique, la méditation, la médecine chinoise et la philosophie taoïste. Ce stage débutera en avril 2011.

Info :
www.chinesscentre.be

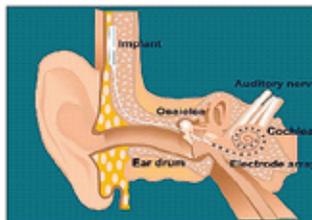
ACOUPHENES

SYNDROME DE MENIERE

TINNITUS

Ces bruits parasites qui vous rendent la vie impossible et dont vous n'osez pas parler !! De très nombreuses causes peuvent provoquer ces bruits parasites, plusieurs problèmes s'additionnent et les déclenchent. Les Tinnitus se cachent au fond d'un labyrinthe. Une enquête précise, digne de Sherlock Holmes, peut donner la solution pour chacun !!

Osez en parler, 15 % de la population en souffre !!



Traitement holistique par thérapies parallèles: phyto, homéo, acupuncture, rééquilibrage énergétique.

- Traitement : Magnétisme pulsé par générateur à 5 voies
- Traitement par laser : maestrol CCM - Low Level Laser therapy of tinnitus.

Contact : Dr Claude Amand – tel: 02/395.68.11

Les activités de l'agenda vont du 10 du mois de parution au 9 du mois suivant.

La rédaction ne peut cautionner toutes les activités reprises dans l'agenda.

Aussi, nous vous invitons au discernement.

Accompagnement à la Naissance

[R][Bx] Yoga pour futures mamans. 10/11. 18h-19h. Les mercredis soir. Se recentrer, déstresser, respirer, vivre sa grossesse en toute conscience et préparer la venue de son enfant en douceur. **Nadine Ninane**, professeur de yoga. Nemamahia Asbl. 1180 BXL. 0475 223 569. nadnin123@yahoo.com

[S][Ha] Séances de portage bébé en écharpe. 12/11. 10h. Tous les mois ! Apprendre les bienfaits du portage et différentes techniques de nouage dans l'écharpe. **Marylin Segat**. Naturissimo!. RHMS maternité des 10 lunes. 7800 ATH. 0476 982 441. naturissimo@gmail.com - www.naturissimo.be

[S][Ha] Séances de portage bébé en écharpe. 3/12. 10h-12h30. Apprendre les bienfaits du portage et différentes techniques de nouage de l'écharpe. 3 séances/mois à Ath-Enghien-Tournai. **Marylin Segat**. Naturissimo ! La Girafe au long cou. 7500 TOURNAI. 0476 982 441. naturissimo@gmail.com - www.naturissimo.be

Adolescence : Relation d'aide

[S][Bw] Vivre harmonieusement en famille : trucs et astuces. 4/12. 9h30-16h30. Pour les parents qui désirent expérimenter des outils et attitudes pour vivre plus sereinement les conflits du vivre ensemble en famille, dans le respect des territoires mutuels. **Régine Van Coillie**, psychologue. 1330 RIXENSART. 02 653 81 63. regine.vancoillie@base.be

Alimentation Naturelle

[R][Bx] Cours d'alimentation vivante. 19/11. Pour découvrir les principes de la cuisine du célèbre restaurant Tan et de Pol Grégoire. **Mark Tucker**. Fast & Walk. Tan Restaurant. 1050 BXL. 02 537 87 87 - 0497 921 911. info@tanclub.org - www.tanclubcooking.org

[S][Bw] Les algues...ces trésors de la mer. 9/12. 9h30-15h30. Sources inépuisables de vitamines, minéraux, oligo-éléments. Cours de cuisine qui permettra de faire des algues de vraies alliées dans nos cuisines. L'Olivier Asbl. 1470 BAISY-THY. 067 773 290. smeets.c@skynet.be

Analyse Bioénergétique

[S][Lg] Comment utiliser l'Antenne de Lecher CEREB®. 9, 16, 23/11. 19h30-22h. Principe, détection eau, failles, réseaux géobiologiques. Mesurer nos biochamps et équilibrer nos énergies. Magnétothérapie, test de produits, méth. **Lespagnard Michel**, ing. élec., bio énergéticien, concepteur de l'antenne CEREB®, **Navez Michel**, acupuncteur, bio énergéticien. C.e.r.e.b. 4000 ANS-ALLEUR. 0498 827 705. cereb@skynet.be - www.cereb.be

[S][Ha] Comment utiliser l'Antenne de Lecher CEREB® ? 17, 24/11 et 1/12. 19h30-22h. Principe, détection eau, failles, réseaux géobiologiques. Mesurer nos biochamps et équilibrer nos énergies. Magnétothérapie, test de produits. **Michel Lespagnard**, ing. élec., bio énergéticien, **Michel Navez**, acupuncteur, bio énergéticien. C.e.r.e.b. 6000 CHARLEROI. 0498 827 705. cereb@skynet.be - www.cereb.be

[F][Bx] Comment utiliser l'Antenne de Lecher CEREB®. 18, 25/11 et 2/12. 19h30-22h. Pour la détection et la recherche en géobiologie et en énergétique. Principe : détection eau, failles, réseaux géobiologiques. **Michel Lespagnard**, ing. élec., bio énergéticien, **Michel Navez**, acupuncteur, bio énergéticien. C.e.r.e.b. 1090 BXL. 0498 827 705. cereb@skynet.be

Anges

[S][Na] Atelier «oracle des an-

ges». 17/11 ou 1/12. 20h-22h. Venez découvrir les messages que les anges ont pour vous afin de répondre à vos questions et vous guider dans la vie de tous les jours. **Rhiannon**. Les Trois Mondes. 5150 FLORIFFOUX. 0496 77 16 20 - 0471 37 82 95.

Approche de l'Alignement

[S][Bx] Écouter, comprendre, accepter. 20 au 23/11. 10h-18h. À la rencontre de l'autre. **Pierre Catelin**, créateur de l'Approche de l'Alignement. Imagine Asbl. 1040 BXL. 02 736 31 38 - 0497 412 808. contact@imagine-aa.org - www.imagine-aa.org

[F][Bx] Formation à l'Approche de l'Alignement. 20/11 au 30/6. 10h-18h30. Formation certifiante à la relation d'aide. Possibilité de commencer en novembre ou décembre. **Pierre Catelin**, créateur de l'Approche de l'Alignement. Imagine Asbl. 1040 BXL. 02 736 31 38 - 0497 41 28 08. contact@imagine-aa.org - www.imagine-aa.org

Aromathérapie

[S][Na] Les HE pour respirer à pleins poumons. 12/11. 9h-17h. Les HE pour respirer sans contrainte et faciliter l'oxygénation, pour lutter contre les allergies, les problèmes ORL ... et les conseils naturo ad hoc. **Michèle Kech**. Plénitude. 5020 MALONNE. 081446325. michelekech@hotmail.com - www.plenitude.be

[S][Lux] Les huiles essentielles du système immunitaire. 18/11. 9h-16h30. Comment dynamiser notre corps énergétique et augmenter ainsi nos défenses immunitaires grâce aux huiles essentielles. **Hilda Vaelen**, naturopathe - aromaturologue. Terre Intérieure Asbl. 6940 DURBUY. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be

[S][Na] Les HE pour respirer à pleins poumons. 20/11. 9h-17h. Les HE pour respirer sans contrainte et faciliter l'oxygénation. Pour lutter contre les allergies, les problèmes ORL ... et les conseils naturo ad hoc. **Michèle Kech**. Humanescence. 5000 NAMUR. 081 44 63 25. www.plenitude.be



L'APPROCHE DE L'ALIGNEMENT

Relation d'Aide & Développement Personnel

Changer ses Croyances Limitatives

Aligner sa Vie sur le Sens de sa Vie

CONSULTATIONS

Membres de l'Association des Professionnels de l'Alignement

Pierre CATELIN 02 736 31 38 • 0486 76 09 27
Av. Camille Joset 15 Bruxelles (Etterbeek) - **1040**

Axelle DE BRANDT 02 736 31 38 • 0497 41 28 08
Av. Camille Joset 15 Bruxelles (Etterbeek) - **1040**

France DEPREZ 0476 46 53 40
Av. de la Couronne 134 Bruxelles (Ixelles) - **1050**

Caroline LEGRAND 02 468 32 29 • 0473 42 03 22
Av. de la Basilique 317 Bruxelles (Koekelberg) - **1081**

Laurence LEGRAND 02 426 96 80 • 0476 47 69 06
Rue Heideken 61 Bruxelles (Ganshoren) - **1083**

Danny WELBY 02 654 18 74 • 0477 26 48 80
Beau Site - 1ère Avenue 67 Rixensart - **1330**

Nathalie DEVIGNAT 080 22 69 81 • 0478 37 26 74
La Vaux 20 Lierneux - **4990**

Aussi: Accompagnement thérapeutique avec le Cheval

Julie GAFFAREL 0474 39 93 33
Namur - **5000**

Michèle KECH 081 44 63 25 • 0479 24 89 30
Les Marlières 52 Malonne - **5020**

STAGES ET FORMATION

ÉCOUTER, COMPRENDRE, ACCEPTER
À la Rencontre de l'Autre

Du samedi 20 au mardi 23 novembre 2010

INTUITION ET LÂCHER-PRISE

Prendre des Décisions Justes et Suivre le Flux

Du samedi 11 au mardi 14 décembre 2010

FORMATION À L'APPROCHE DE L'ALIGNEMENT
Cycle 2010-2012

INFO



IMAGINE asbl contact@imagine-aa.org
Avenue Camille Joset 15
BE - 1040 Bruxelles

Tél.: + 32 (0)2 736 31 38 / (0)497 41 28 08

www.imagine-aa.org



J.L. Ganèshe

CHOIX UNIQUE À BRUXELLES

de MINÉRAUX pour lithothérapie, décoration, Bijoux, fils de pierres naturelles à monter

vente de pierres
au poids



120 élixirs
de minéraux



NOUVEAU

**BOLS EN
CRISTAL**

liens vibratoires
entre quartz & sons
thérapeutiques !



**LAMPES DE SEL
DE POLOGNE**

Pendules - 70 encens en
grains. Bâton d'encens
Tibétain, Ayurvédique,
Japonais et Indien...



**Instruments
tibétains**



**CHANDELLES
AURICULAIRES**

1 paire : 6,75 €
(3pl/17,70 € - 12 pl/63 €)



Prix spécial pour revendeur !

PROMO DU MOIS
sur toutes les lampes
de Sel de Pologne
du 1^{er} au 30/11
(paiement cash)

-15%



Chaussée St-Pierre, 157
1040 Etterbeek

00 32 (0)2 734 98 46

du mardi au samedi de 12h à 18h
PAS DE BANCONTACT

www.jlganeshe-jlmineraux.be

[S][Bf] Les huiles essentielles au quotidien. 20/11 et 27/11. Formation de base qui permettra d'utiliser ces puissants remèdes de la nature en toute sécurité. Odeurs, théorie et pratique s'entremêleront de manière subtile. **Evelyne Verhulsel**, naturopathe. 1970 WEZEMBEEK-OPPEM. 0485 126 301.



[S][Na] Les HE de la zenitude. 26/11. 9h-17h. Le calme, la tranquillité, la zenitude avec les HE adaptées au système nerveux. Les synergies relaxantes et les conseils naturo de la zen-attitude. **Michèle Kech**. Plénitude. 5020 MALONNE. 081 44 63 25. www.plenitude.be

[S][Bw] Les Quantiques. 27 au 28/11. 9h-17h. Découvrir nos potentialités par une approche thérapeutique du psycho-émotionnel par des quantiques (complexes aromatiques). **Hilda Vaelen**, naturopathe Cenatho-Paris. L'Olivier Asbl. 1470 BAISY-THY. 067 773 290. smeets.c@skynet.be

Art et Développement Personnel

[S][Bx] Mandalas et écriture créative. 13, 20, 27/11, 4/12 et 11/12. 10h-12h30. Cycle de 5 ateliers. Laisser jaillir notre musique intérieure en couleurs, formes et mots. Thème: «Passages» **Edith Saint-Mard**, artiste et accompagnatrice en développ.perso. 1040 BXL. 02 733 03 40 - edithsm@skynet.be. edithsm@skynet.be

[S][Lg] Développement artistique. 13/11. Créativité multi techniques peintures et dessin. Projet personnalisé en créativité et en apprentissage techniques au choix vers votre identité artistique. **Angélique Pickman**, artiste peintre, thérapeute en arts. L'Art Naissance. Espace Belvaux. 4030 GRIVEGNEE. 0497 375 229.

[S][Lg] Mandala et sophrologie. 16/11. 19h30. Par la sophrologie,

recentrage, relaxation, visualisation afin de développer sa créativité et réaliser un mandala. **Patricia Fialho Fadista**, sophrologue diplômée de l'AES. A La Découverte De Soi. 4020 LIÈGE. 0476 791 861.

[S][Bx] Atelier créatif pour femmes. 18/11 ou 5/12. 19h30-22h. Méditation, création d'un mandala personnel, échanges ressourçants. **Edith Saint-Mard**, artiste et accomp. dév. perso. 1040 BXL. 02 733 03 40 - edithsm@skynet.be

[S][Na] Terre et écriture. 21 au 22/11. En touchant l'argile, nous vient une forme parlant longuement de nous-même ; la mettre en mot, en écriture, en courrier est une merveilleuse complétude. **Françoise De Backer**, céramiste et thérapeute, **Alain Joret**, psychologue et écrivain. La Porte Du Pélerin Asbl. 5380 FERNELMONT. 080 83 43 01. portedupelerin@hotmail.com - www.portedupelerin.com

[R][Bx] Peindre pour s'exprimer. 23/11, 30/11 et 7/12. 10h-13h. Multi-techniques : acrylique, pastel, collage, aquarelle..Oser, chercher, être dans l'acte de peindre avant le devoir du résultat. **Marie-Rose Delsaux**, artiste, art-thérapeute. 1200 BXL. 02 762 57 29 - 0475 600 614. mrd1@skynet.be

[S][Bx] Libérez votre créativité. 4/12. 10h-17h. Coller, découper, déchirer, plier, peindre etc..oser des expériences nouvelles pour réveiller notre élan créateur qui est en chacun de nous. **Marie-Rose, Delsaux**, art-thérapeute, 0. . 1200 BXL. 02 762 57 29 - 0475 600 614. mrd1@skynet.be

[S][Bx] Travail dans le «champ d'agile» 9/12. 18h-21h. Atelier découverte. Le travail se fait les yeux fermés. Entrer en contact avec la terre, à son rythme, toucher et se laisser toucher. **Donatienne Casiers**, formée au champ d'argile. Voies de l'Orient. 1000 BXL. 02 511 79 60. info@voiesorient.be - www.voiesorient.be

Art et Thérapie

[R][Na] Fabrication de papier fait main. 10/11. 18h-20h. Tous les mercredis. Pour nous laisser surprendre par ce matériau noble qu'est le papier, l'atelier invite à aller à la rencontre de notre créativité... **Carmela Piccininno**, plasticienne, papetière. Atelier Crea-

carta. La Grange à Papier. 5380 TILLIER FERNELMONT. 081 74 42 58 - 0474 50 90 93. info@creacarta.be - www.creacarta.be

[R][Bx] Atelier d'Art-thérapie. 13/11. Les samedi 10h à 13h ou 14h30 à 17h30. Lâcher-prise ! Permettez-vous la connexion à votre cerveau droit, à votre créativité, votre enfant intérieur... Libérez vos blocages, mémoires, souffrances.. **Katalina Haniel**, artiste, art-thérapeute. 1081 BXL. 0476 050 011. www.haniel.serapis-art.com

[R][Na] Ressourcement par la terre. 16/11. 14h-16h. Tous les mardi. Pour adultes. Dans ce monde de changement, trouver son essence en créant des formes en argile dans un groupe convivial et respectueux. **Françoise De Backer**, céramiste et thérapeute. Porte du Pélerin Asbl. 5380 FERNELMONT. 080 83 43 01. portedupelerin@hotmail.com - www.portedupelerin.com

[S][Na] Atelier de fabrication d'encens. 7 et 21/11. 10h-18h. Venez fabriquer vos encens naturels à base de plantes. **Eradon**. Les Trois Mondes. 5150 FLORIF-FOUX. 0496 77 16 20.

[S][Na] Atelier de fabrication de papier fait main. 27 au 28/11. 10h-17h. De l'intuition et à l'imagination...par la fabrication du papier fait main, allant du broyage au couchage en passant par le levage à la cuve du papier. **Carmela Piccininno**, plasticienne, papetière. Atelier Creacarta. La Grange à Papier. 5380 TILLIER FERNELMONT. 081 74 42 58 - 0474 50 90 93. info@creacarta.be - www.creacarta.be

[S][Na] Le fil d'Ariane. 27/11. 9h30-17h30. Cycle de 3 samedis pour femmes à partir de la danse. Le fil, le noeud, le tissage, le labyrinthe... affiner le «fil juste» dans la vie. **An Goedertier**, thérapeute, danseuse. Bodymind Movement. 5030 GRAND-MANIL. 0485 917 872. an@bmmovement.be - www.bmmovement.be

[S][Lg] Le dessin transformateur. 29/11. 10h30-16h30. Du grivoillage vers une création spontanée révélatrice d'une difficulté. Lecture, décodage et transformation du dessin vers une réalisation positive. **Marie-Rose, Delsaux**, artiste, art-thérapeute. 4987 BXL. 02 762 57 29 - 0475 600 614 - 080 78 52 29. mrd1@skynet.be

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [F] Flandres [Et] Etranger

Assertivité

[R][Bx] **Comment améliorer sa communication et son assertivité** ? 3 et 10/12. 9h-16h30. Développer ses habilités relationnelles telles que l'empathie, l'écoute active, l'assertivité, et le décodage du langage non-verbal. **Sylvie De Bruyn, Nathalie Vancaeraynest**, coach et formatrices. Be My Coach. Egology. 1180 BXL. 0495 365 177. sylvie.debruynd@bemycoach.be - www.bemycoach.be

Astrologie

[R][Na] **Astrologie et psychologie**. 13/11. 13h30-17h. La Lune dans le thème de naissance : l'astre de la nuit symbolise la mère, la féminité, le quotidien. Comprendre l'Ascendant pour s'épanouir. **Martine Eleonor, Jean-Marie Valmont**, professeurs d'astrologie. Expression - Centre D'Etudes Astrologiques Asbl. 5030 GEMBLoux. 081 61 52 81. info@expression-cea.be - www.expression-cea.be. Sur réservation par tél.

[S][Bf] **La Science du calendrier Aztèque - Tonal Amati**. 20 au 21/11. 9h-17h. Signification des 20 signes et 13 tonalités. Années et jours solaires, lunaires, terrestres et vénusiens. Marqueurs du Temps. Calcul et interprétation. **Don Acamapixtli**, guide spirituel, écrivain et chercheur. Veronica Rivera. Kalpulli Ollin Tonantzin. 1630 LINKEBEEK. 02 361 81 56. www.ollintonantzin.com

[S][Bw] **Bazi astrologie chinoise niv.2**. 4 au 5/12. 10h30-17h30. Matière enseignée : élément d'équilibre, piliers du temps, propriétés comportementales, 5 éléments, santé, profession, 10 dieux, potentiels, 3 croix. **Arnaud Bertrand-Deviller**, formateur. Ecole Shan. 1348 LLN. 0477 421 313. info@ecoleshan-fengshui.com - www.ecoleshan-fengshui.com

Ayurvéda

[S][Bw] **Massage Ayurvédique Abhyanga : initiation**. 13 au 14/11. 10h-18h. S'initier et pratiquer pas à pas un massage complet et purifiant à l'huile suivant l'Ayurvéda. **John Marchand**, formateur en Ayurvéda, psychothérapeute. Curcuma Asbl. Salle paroissiale de Baulers. 1400 BAU-

TERS-NIVELLES. 0479 787 418. info@curcuma.be - www.yoga-ayurveda.be

[S][Bw] **Cure eau, ayurvéda, écologie intérieure**. 15 au 21/11. De 1 à 5 jours. Massages Ayurvédiques, séances en piscine 35°, bilan de vitalité et conseil en nutrition par un médecin. **Nicole Mabilille**, hydrothérapeute et certifiée en synergie aquatique, **Bertrand Lisbons**, certifié en Ayurvéda à Tapovan Paris. Les Ateliers Du Présent. 1420 BRAINE-L'ALLEUD. 0475 377 570. ateliersdu-present@scarlet.be - www.lesateliersdupresent.com

[S][Et] **Formation résidentielle en massage Abhyanga**. 24 au 28/11. Apprendre à donner et recevoir un massage Abhyanga purifiant et tonifiant et bénéficié d'une alimentation ayurvédique et de cours de yoga. **Catherine Delforge**, formatrice en massage et praticienne en Ayurvéda. Curcuma Asbl. Mas Channac. F-07140 GRAVIÈRES (ARDECHE). 0032479 787 418 - 00 33 6 07 42 37 21. info@curcuma.be - www.yoga-ayurveda.be

[S][Ff] **Energie transformante des Chakras**. 27 au 28/11. Apprendre & travailler avec les sons, formes, couleurs des chakras. SwarYoga : yoga des narines & équilibre mental. **John Marchand**, formateur en Ayurvéda, psychothérapeute. Curcuma Asbl. La ferme aux Epices. 9280 LEBBEKE. 0479 787 418. info@curcuma.be - www.yoga-ayurveda.be

Biodanza

[R][Bx] **Invitation au bien-être, les mercredis à Uccle**. 10/11. 20h15-22h15. Vous aimez la musique ? Vous aimez bouger ? Venez découvrir les bienfaits de la Biodanza®. 1ère séance gratuite pour tous. **Yves Gendrot, Blaindine Pillet**, professeurs certifiés. Asbl Présences. 1180 BXL. 0478 576 592. yvesgendrot@yahoo.fr

[R][Bx] **Biodanza - Etterbeek**. 10/11, 17/11 et 24/11. 20h-22h. Les mercredis. Retrouvez l'harmonie intérieure, la joie de vivre et la vitalité grâce aux rythmes variés, aux mouvements spontanés et au groupe. Ouvert à tous. **Benedicta De Smet**, professeur. Studio Udi Malka. 1040 BXL. 0473 36 27 32. biodanza4you@gmail.com

[R][Na] **Biodanza® - Les mercredis à Gembloux**. 10/11. 20h-22h. Des musiques variées, un groupe accueillant, des mouvements choisis pour retrouver le bonheur de danser et d'oser être soi : pour tous ! **Michèle De Moor**, professeur de Biodanza. Trifolium. 5030 SAUVENIÈRE. 0498 614 146. de-moormichele@yahoo.fr

[R][Na] **Nouveau ! Biodanza à Jambes**. 10/11, 17/11, 24/11 et 8/12. 20h-22h. Cours débutants ouverts à tous, les mercredis. Sentir plus d'harmonie dans sa vie, réveiller sa joie, ses élans, sa force vitale. **Pierre Warnier**, facilitateur en supervision. 5100 JAMBES. 0479 432 362. pierre_warnier@yahoo.fr - www.biodanza-namur.be

[R][Ha] **Biodanza**. 11/11. 19h-21h. Tous les jeudis, Dansons notre vie, vivons mieux, partageons le plaisir de notre corps en mouvement dans le respect, l'authenticité. **Jeanine Orban**, professeur de biodanza. Centre de Danse Monique Legrand. 6001 MARCINELLE. 0478 36 72 42.

[R][Ha] **Les jeudis de Biodanza à Soignies**. 11/11, 18/11 et 9/12. 20h-22h. De la survie à la Vie, de l'identité à la Relation, de l'évolution à la Transformation. Plaisir du mouvement et de la danse. Cours débutants pour tous. **Marie Verhulst**, prof de Biodanza. Centre 77 Asbl. 7060 SOIGNIES. 067 33 60 85. info@centre77.org - www.centre77.org

[S][Bx] **Vivencia « Yin-Yang » pour biodanseurs**. 11/11. En cette période automnale, nous équilibrerons nos énergies en dansant la vitalité du Yang et en nous ressourçant dans un écriin Yin, enveloppant. **Géraldine Abel**, formatrice et co-directrice de l'école Biodanza de Namur. Vivencia Asbl. 1180 BXL. 0495 35 04 05. vivencia@vivremieux.org - www.vivremieux.org

[R][Bw] **Biodanza - les jeudis**. 11/11. 20h-22h30. Processus d'évolution par l'activation des ressources vitales et la libération des émotions. **Martine Henkart**, formatrice et codirectrice de l'école de Namur. La Vie En Fête. Salle «La Route». 1300 WAVRE. 010 40 17 77.

[R][Bw] **Biodanza Walhain**. 15/11, 22/11 et 29/11. «Les lundis au soleil, c'est possible». Par la danse,

venez découvrir votre beauté intérieure et la mettre en mouvement dans un groupe accueillant. **Marie Laurence Borgers**, professeur de Biodanza. 1457 WALHAIN. 010 65 86 78 - 0474 861382. marieborgers@yahoo.fr

[R][Bx] Biodanza - Watermael Boisfort. 15/11. 20h-22h. Chaque lundi. Pour tous ! Le plaisir de danser, d'être soi-même. Réveiller notre joie de vivre ici et maintenant. **Bernadette Thirionet**. Relation et Langage Asbl. 1170 BXL. 02 660 59 48 - 0497 202 493.

[R][Bf] Biodanza® - Les Lundis à Leuven. 15/11. 19h30-21h30. Des invitations à bouger, se découvrir, se rencontrer et s'épanouir dans la joie et la simplicité. Pour hommes et femmes de tout âge. **Michèle De Moor**, professeur de Biodanza. Aum Ruimte. 3012 WILSELE. 0498 614 146. demoomichele@yahoo.fr

[S][F] Biodanza - Linkebeek. 23/11, 30/11 et 7/12. 20h-22h. Tous les mardis. Danser pour s'amuser, s'épanouir, s'aligner, se rencontrer, rencontrer l'autre dans l'authenticité et la joie. **Caroline Dekeyser**, prof. & directrice de l'école Biodanza Luxembourg. Transcendance-Biodanza. 1630 LINKEBEEK. 0032474976798. caroline@transcendance.be - www.transcendance.be

[R][Bx] Les mardis de Biodanza à Jette. 20h-22h. Vivre sa vie remplie de vie. Pour biodanseurs avancés ou ayant au minimum un an de pratique en cours hebdo ou stage. **Philippe Lenaif**, dir Ecole de Biodanza SRT Soignies. Coregane Asbl. 1020 BXL. 04 372 14 12. info@coregane.org - www.coregane.org

[R][Ha] Biodanza à Mons le jeudi soir. 18/11, 25/11 et 2/12. 20h-22h. Cours pour débutants. Danse expressive et créative qui nous connecte à la joie de vivre par le plaisir de la danse en groupe sur des musiques variées. **Marie Fontaine**. Biodanza. 7000 MONS. 065 34 66 40 - 0472 59 46 60.

[R][Lg] Les jeudis de Biodanza. 18/11. 20h-0h. Joie de vivre, vitalité, plaisir de danser dans un groupe accueillant. Mouvements simples sur des musiques variées. Cours ouvert à tous. **Simone Loffet**, professeur didacte. 4960 MALMEDY. 0478 398 098 - 087

22 96 75. sloffet@hotmail.com

[R][Bx] Groupe d'évolution par la biodanza. 18/11, 25/11, 2/12 et 9/12. 20h. Intégrer le Féminin et le Masculin à travers l'alchimie des 4 éléments : se connecter à ses ressources (fém)et se réaliser (masc) de manière cohérente. **Géraldine Abel**, formatrice et co-directrice de l'école Biodanza de Namur. Vivencia Asbl. 1180 BXL. 0495 35 04 05. vivencia@vivremieux.org - www.vivremieux.org

[R][Bx] Biodanza - Ixelles. 19/11, 26/11 et 3/12 et 17/12. 20h-22h. Les vendredis. Danser pour s'amuser, s'épanouir, s'aligner, se rencontrer, rencontrer l'autre dans l'authenticité et la joie. **Caroline Dekeyser**, professeur - directrice de l'école de Biodanza. Transcendance-Biodanza. 1050 BXL. 0474 976 798. caroline@transcendance.be - www.transcendance.be

[R][Bw] Biodanza® - Les vendredis à Wavre. 19/11. 13h30-15h15. Musiques variées, mouvements simples et accessibles à tous. Le plaisir et la joie de bouger dans un groupe accueillant. **Michèle De Moor**, professeur de Biodanza. 1300 LIMAL. 0498 614 146. demoomichele@yahoo.fr

[S][Na] Biodanza® - « Exprimer la Joie ». 21/11. 10h-16h. Une journée pour réveiller notre joie de vivre et l'exprimer en toute confiance. Pour tous ! **Michèle De Moor**, professeur de Biodanza®. Centre Culturel Marcel Hicter. 5100 WÉPION. 0498 614 146. demoomichele@yahoo.fr

[S][Bw] Renforçons notre identité. 21/11. 10h-17h30. Une journée de Biodanza - 2 vivencias. Accueil dès 9h45. **Patrick Geuns, Myriam Veys**, facilitateurs de Biodanza. Corps et Vie Danse. 1460 ITTRE. 0485 41 07 03.

[S][Bx] Les samedis de la Biodanza : les voies de l'harmonie. 27/11. 10h30-16h30. Renforcer notre identité et notre ancrage ; activer nos forces vitales, nous affirmer tels que nous sommes et avancer dans notre vie avec enthousiasme. **Géraldine Abel**, formatrice et directrice d'écoles de Biodanza, **Françoise Fontaneau**, professeur en supervision. Vivencia Asbl. 1180 BXL. 0495 350 405. vivencia@vivremieux.org

[S][Lg] Atelier de fabrication du Tambour sacré. 10/11 et 18/11. 10h-18h. Construire son propre tambour est entrer en contact avec la sagesse ancestrale et notre pouvoir, rechercher la force et l'inspiration dans notre cœur. **Tony Paixão**, chamane brésilien. Espace Equilibre. Hôtel de ville. 4800 PETIT RECHAIN. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.com - www.espace-equilibre.com

[S][Lux] Atelier chamanisme et écologie. 11 au 14/11. 18h-16h. Rituels, pratiques et philosophies chamaniques pour guérir l'humanité dans sa relation avec la nature. **Aigle Bleu**, homme-médecine. Alexia Boucau. Ferme du Bois-le-Comte. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 0488 883.576. alexia@kampana.be - www.aiglebleu.net

[S][Lg] Module Aigle - Introduction au chamanisme. 11 au 12/11. 10h-18h. Développer la capacité d'être un visionnaire en captant des informations du champ spirituel vers le physique. **Tony Paixão**, chamane brésilien. Espace Equilibre. Hôtel de ville . 4800 PETIT RECHAIN. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.com - www.espace-equilibre.com

[S][Lg] Module Loup - Récupérer notre pouvoir. 13 au 14/11. 10h-18h. Le module loup développe la capacité d'éteindre l'Ego afin que puisse surgir le pouvoir personnel. Suite du module Aigle. **Tony Paixão**, chamane Brésilien. Espace Equilibre. Hôtel de ville de Petit Rechain. 4800 PETIT RECHAIN. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.com - www.espace-equilibre.com

[S][Bx] Divination. 13 au 14/11. 9h30-18h. Comment converser avec les mondes végétal et animal et comment recevoir et interpréter des révélations et visions. **Gertrude Croe**, praticienne en réflexologie chamanique, formée par Claude et Noëlle Poncelet. Tetra. Les Sources. 1200 BXL. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S][Ha] Voyage chamanique. 18/11. 19h30-21h30. Les différents instruments musicaux et la voix vous soutiendront pendant ce voyage. Vous guider vers l'intérieur pour vous nourrir de vibration claire. Darshan. 7500 TOURNAI. 069 35 34 99.

[S][Lux] Voyages chamaniques.

Chamanisme

[S] Stages/ateliers **[R]** Cours Réguliers **[F]** Formations

[Bx] Bruxelles **[Bw]** Brabant wallon **[Lg]** Liège **[Ha]** Hainaut **[Na]** Namur/Luxembourg **[Bf]** Brabant flamand **[F]** Flandres **[Et]** Etranger



PHYSIOSCAN

Renseignements, formation
réservée aux praticiens

physioscan@skynet.be



Parce que c'est plus doux pour tous...

Le Temps d'Etre

Textile écologique et éthique,
Portage (également ateliers),
Couches lavables,
Chaussures de santé Bär

Rue du Méry 18-20 - 4000 Liège - 04 221 17 20
letempsdetre@skynet.be - du mardi au samedi de 10h à 17h

Nouveau
Paniers Bio

Bioflore

Nouveau
ouvert le lundi

vosre magasin de huiles essentielles,
gemmotherapie, alimentation diététique...
depuis 1993 !

Chaussée de Charleroi 144 -1060 Bruxelles

Tel. : 02 538 23 31

18/11 ou 27/11. Travail énergéti-
que effectué pour vous dans un
contexte de groupe : guérison, ac-
tivation, dévoilements... **François
De Kock**. Ferme de Gérardnouve.
6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL.
0475 743 903. [expansions@bel-
gacom.net](mailto:expansions@bel-
gacom.net) - www.expansions.be

Chant & Voix

[S][Lux] «Voix-Yage» en 5 éta-
pes. 13/11. 9h30-17h30. La voix,
le corps, les sens, le coeur, la joie
de vivre. Découvrir, se découvrir
par la voix, la chanson et les sons,
voyage vers sa voix authentique.
Dominique Collin, musicienne et
coach de voix, praticienne EFT.
En Voix Vers Soi. Ecole de Redu.
6890 REDU. 061 65 54 28 - 0496
99 31 06. domicollin@skynet.be

[S][Bx] Chant et musicothéra-
pie. 13/11 et 28/11. 10h-13h30.
Pour libérer notre souffle, notre
corps et poser notre voix. Acqué-
rir les outils en musicothérapie à
l'aide de la harpe et du violoncelle.
Pour chanter un répertoire varié et
avoir le plaisir d'improviser. **Katia
Van Loo**, professeur. La Maison
des Notes Asbl. Centre du Chant
d'oiseau. 1150 BXL. 010 61 76
04. katiavanloo@yahoo.fr - [www.
harpe.be](http://www.
harpe.be)

[R][Bx] Cours de chants poly-
phoniques. 15/11. 17h30. Les
lundis. **Zam Ebalé**, chanteur, dan-
seur chorégraphe. Yantra. 1050
BXL. 02 646 25 64. [contact@aca-
yantra.be](mailto:contact@aca-
yantra.be) - www.aca-yantra.be

[S][Bx] Méditer au coeur de la
voix. 18/11. 20h15-22h. Pratiquer
en groupe les sons, mots et chants
sacrés pour ressentir les émotions
qui leur sont propres et pour re-
viver l'énergie vibratoire qui est en
nous. **Arnould Massart**, pianiste



La meilleure façon de dormir au naturel !

ProNatura

Amélie nature

av. des Pâquerettes, 55 - 1410 Waterloo
dans le zoning artisanal (Ancien Mala India)

Ouvert du mardi au samedi de 11h à 18h.

T. : 02 351 28 48 - www.maisonamelie.be

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bfl] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

et compositeur, psychothérapeute; **Monique Tiberghien**, enseigne les pratiques du rêve et de la bioénergie. Tetra. Les Sources. 1200 BXL. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S][Bx] Biovoix : douceur et enrachement. 21/11. 10h-18h. S'enraciner dans la douceur et la profondeur par le travail de la voix : souffle, impros, chant harmonique, relaxations, bains de sons. **Roberto Liradelfo**, formateur. Creacom Asbl. 1000 BXL. 02 657 77 88 - 0472 838 880. biovoix@gmail.com

[R][Bw] La voix et le corps : polyphonies et voix naturelle. 23/11 et 7/12. 20h15-22h15. Un mardi/2. Chanter ensemble, découvrir sa propre voix, se laisser porter par les sons et les vibrations. **Anne-Rose Goyet**, chanteuse, comédienne, prof Tai Chi chuan. La Canopée. 1420 BRAINE-L'AL-LEUD. 02 385 15 81 - 0474 500 165. goyet.infovoix@gmail.com - users.skynet.be/lacanopee

[S][Bx] Stage de Chant pour débutants. 27 au 28/11. Le plaisir de découvrir sa voix, la développer. Chanter avec le corps et acquérir une plus grande confiance en soi. **Françoise Akis**, chanteuse, pédagogue de la voix et du mouvement. La Maison du Bonheur. 1060 BXL. 0477 260 622.

[S][Bx] Reliances. 27 au 28/11. 10h-17h30. Enseignement et pratique de sons sacrés et mantras. Pour se recentrer sur l'essentiel, se relier à soi, aux autres et à notre dimension sacrée. **Chantal Boffa**, animatrice. Arpsicor Asbl. 1150 BXL. 02 772 54 29. arpsicor@gmail.com - www.arpsicor.be

Citoyenneté Responsable



[S][Bx] Loisirs à visée handi-solidaire & formative. 14 au 27/11. Loisirs de w-e en groupe avec des enfants handicapés et le soutien de professionnels compétents et enthousiastes. Seul(e) ou en famille ! Famisol Asbl. 1200 BXL. 02

771 91 14 - 02 779 41 55 - 0473 86 65 49. jm.marchal@famisol.be - www.famisol.be.

[S][Lux] Intelligence, conscience et sagesse collectives. 24 au 28/11. Pour ouvrir des voies nouvelles pour l'humanité et notre rôle en tant qu'individus : architectures invisibles, le rôle de la monnaie, l'holooptisme. **Jean-François Noubel**, pionnier de l'intelligence collective, créateur de 'The Transitioner.org'. Tetra. Gîte Amandine. 6953 AMBLY. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Coaching

Institut Elan Vital
Développement personnel & coaching

Soirée-info gratuite
Présentation du programme
EXPLORER - Coach
09 déc. 2010
11, Rue Félix Hop - 1040 Bxl. - 18.30 h.
Au cœur de l'Humain
www.baogroup.be

[F][Bx] Accompagnement nouveaux professeurs. 16/11 au 3/5. Se ressourcer, acquérir des outils, prendre distance, aborder différents thèmes, partage de bonnes pratiques. Coachaltitude. Notre Dame des Champs. 1180 BXL. 0496 50 26 50. www.cinap.info

[F][Bw] Devenir Coach. 18/11 au 23/6. 9h-17h. 10j/an. Selon la méthode AME® (Action, Méthode, Eveil) pour grandir en conscience et accompagner l'autre avec bienveillance et congruence. **Isabelle Wats**, coach PCC, **René Feldman**, coach mentor. Creacoach. Golf de 7 Fontaines. 1420 BRAINE-L'AL-LEUD. 0486 157 438 - 0475 616 226. carole@creacoach.be

[F][Bx] Apprendre avec les intelligences multiples. 20/11 au 26/3. Apprendre plus efficacement et avec plus de motivation. Découvrir une démarche et construire des outils. www.cinap.info, onglet formation. Cinap. Notre Dame des Champs. 1180 UCCLÉ. 0496 50 26 50. www.cinap.info

[F][Bx] Coaching scolaire et des jeunes. 27/11 au 11/9. 7 x 2 jours découvrir des outils et une démarche spécifique aux Coaching Scolaire et des jeunes. Coachaltitude. Notre Dame des Champs. 1180 BXL. 0496 50 26 50. www.coachaltitude.be

Cohérence cardiaque

[S][Bx] Cohérence Cardiaque et mandalas énergétiques. 11/11. 10h-17h30. Découvrez une nouvelle gestion du stress à partir de la respiration, la méditation, les mandalas de lumière et mouvements divers. **Marie-Christine Parret**, psychothérapeute. Dolphin Reviv'L. 1180 BXL. 0499 176 795. dolphinrevival@skynet.be - dolphin-revival.com

Communication nonviolente

[S][Na] Eduquer avec bienveillance. 12/11. 9h15-17h. Atelier à thème de pratique de la Communication NonViolente. Mettre la CNV au service de l'éducation. Pour parents, instituteurs, profs, éducateurs, ... **Anne-Cécile Annet**, formatrice certifiée CNVC. Invitation À ... Communiquer. Région Eghezée. 5380 FORVILLE. 081 21 62 43 - 0497 022 344. annet.ac@belgacom.net

[R][Bw] Groupe de pratique. 15/11, 29/11. 20h-22h15. Atelier basé sur les questions et préoccupations du quotidien pour expérimenter une CNV sensible partant du vécu. **Muriel Hemelsoet**. 1495 VILLERS-LA-VILLE. 071 81 08 06. muhemelsoet@hotmail.com

[S][Ha] Approfondissement de la Communication non violente. 27/11, 4/12 et 11/12. Apprendre à développer la fluidité, à prendre position avec authenticité, à clarifier ses objectifs, à faire de sa colère un outil de changement. **Christiane Goffard**, formatrice certifiée en CNV. L'Hêtre D'Or. 6061 MONTIGNIES-SUR-SAMBRE. 0498 576 490 - 071 43 55 53. hetredor@skynet.be

Constellations

[S][Bw] Constellation Familiale. 13/11. 9h30-20h30. Journée de Constellation Familiale en groupe. **Michaël Katzeff**. Ferme de Glymes. 1367 GRAND-ROSIÈRE-HOTTOMONT. 0475 626 525.

[S][Ha] Constellations & dynamiques familiales intégratives. 21/11. 10h-18h. Se libérer de son lourd bagage familial avec toutes les valises transgénérationnelles indésirables : maladies, mal-être,



"Ton Coeur Sait"
Ateliers d'éveil
de la conscience
Formations et
Chamanisme

animés par
Solange Coomans de Brachène
psychologue transpersonnelle

"Ton Coeur Sait" est une structure dont le but est d'aider l'autre à devenir lui-même, à se construire une solidité intérieure, à éveiller sa conscience, à retrouver son âme d'enfant, sa joie, sa spontanéité, l'humour de soi, à s'aimer soi-même.

Ateliers d'Éveil - Voyages Initiatiques

Les contes de notre enfance : "Le vilain petit canard"
Dimanche 31 octobre 2010 de 10 à 18h
Les contes de notre enfance : "Cendrillon"
Dimanche 21 novembre 2010 de 10 à 18h
Voyage à Lyon, ville occulte et sa Fête des Lumières
Week-end du 8 au 11 décembre 2010

Coaching Réalisation Personnelle

Formation en 6 étapes durant lesquelles Solange Coomans de Brachène forme le futur coach à acquérir la maîtrise du processus de coaching. L'importance de cette formation se situe dans le vivant, le sentir. Pour se faire, les jeux de rôle sont un outil de formation incontournable.

Dates 2011 : 8 et 9/01 - 12 et 13/02 - 26 et 27/03

Intervenantes

Fabienne Provis : Infirmière en soins palliatifs, thérapeute et coaching en réalisation personnelle
gsm : 0494/16.20.66 - fabienneprovis@gmail.com
Christine Mambourg : Exécutive assistant, écoute attentive et coaching en réalisation personnelle
gsm : 0477/90.67.42 - mambourg@gmail.com
Patricia Sivera : Conseillère pédagogique, écrivaine et animatrice des ateliers "les contes de notre enfance"
tel : 083/65.61.99
Romina Raffin : Enseignante, écrivaine, guide "méditation active" et écoute attentive
gsm : 0497/91.56.95 - romi2r@hotmail.com

"Ton Coeur Sait"
071/85.19.44 - 0485/26.60.67
toncoeursait@skynet.be
www.toncoeursait.be

couple, travail, pertes... **Anne De Vreught**, psychothérapeute. Retrouver Son Nord. 6140 FON-TAINE-L'EVÊQUE. 0477 537 197. anne.de.vreught@skynet.be - www.retrouversonnord.be

[S][Lux] Configuration Interpersonnelle. 27 au 28/11. 8h45-18h30. Atelier de développement personnel basé sur des techniques systémiques et une convergence de techniques de coaching et de thérapie brève. **Majed Chambah**, dr. en sciences & coach. Innertech Institut. Archéoscope Godefroid de Bouillon. 6830 BOUILLON. 0484 907 123. contact@innertech.eu. www.innertech.eu.

[S][Bw] Constellations symboliques et spirituelles. 27 au 28/11. 10h-17h. Vivre une constellation permet de se distancier des croyances limitantes du passé et de redevenir le metteur en scène de son existence. **Georges Didier**, psychothérapeute, formé à la bioénergie et la dynamique de groupe. Tetra. Centre Surya. 1410 WATERLOO. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S][Lg] Constellations familiales. 28/11. 10h-18h. Une journée à la rencontre et découverte de vous-même. Un pas de plus sur le chemin de votre être. **Nathalie Grosjean**, psychologue, énergéticienne. Espace de Ressourcement. 4000 LIÈGE. 0486 640 943. mentalea@skynet.be

[S][Bw] «Ma relation à l'argent et à l'Abondance» 28/11. 9h30-18h. Constellation sur ce thème. Une journée pour explorer dans quels emprisonnements systémiques nous restons encore par rapport à l'argent et à notre droit à l'abondance. **Martine Henkart**, constellatrice et thérapeute. La Vie En Fête. Lieu à définir. 1340 OTTIGNIES. 010 40 17 77.

[S][Na] Constellations nos familles. 4/12. 13h-18h. Atelier de constellations systémiques familiales, pour aider et dénouer nos soucis familiaux, thème propre à chacun, déontologie et respect. **Marie-Eve Mespouille**, psychologue, psychothérapeute. Le 35. 5000 NAMUR. 081 58 86 39. me.mespouille@skynet.be

[S][Bx] Constellations familiales et de systèmes selon B. Hellinger. 4/12. 9h30-18h. Pour reprendre sa juste place dans la famille

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bfl] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

et se tourner, enfin libre, vers sa propre vie avec la force de ses ancêtres derrière soi. **Odette Janssens**, psychologue et thérapeute, **Delphes Dubray**, constellatrice. La Pierre D'Angle. 1200 BXL. 02 762 42 32 - 0476 213 495. delphes-dubray@skynet.be

Conte & Ecriture

[S][Bx] Les après-midi Kasalà. 14/11 et 12/12. 14h30-17h. Envie de nourrir votre estime de soi ? Le kasalà est un rituel Africain qui fait surgir notre authenticité et nous guérit de nos complexes d'infériorité. **Ingrid Wolfs**, coach thérapeute. Wolf-S-Flow. L'espace des Louvres. 1083 BXL. 0477 764 855. info.wolfs@skynet.be - www.wolfsflow.be

[S][Bw] Pratique de l'autoulouange. 19/11. 10h-18h. Pratique d'un art de l'écoute pour retrouver l'esprit d'enfance et découvrir le plaisir d'écrire, témoigner de la beauté intérieure. **Marie Milis**, enseignante, formatrice et auteur. Espace Présence Scs. 1400 NIVELLES. 067 21 74 36. info@espacepresence.be

[S][Bx] Le conte, chemin de vie. 21/11. 10h-18h. Et si les contes étaient les éveilleurs d'une sagesse impossible à dire autrement ? Ils nous initient à des savoirs secrets et réveillent notre ancienne mémoire. **Henri Gougaud**, conteur, parolier, écrivain. Tetra. Les Sources. 1200 BXL. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S][Bx] Ca m'dit d'écrire. 27/11. 10h-17h. Initiation à l'écriture du récit de vie, à l'écriture de la fiction, à la symbolique des lettres de l'alphabet et des mythes qui leur sont reliés. **Patricia Le Hardy**, enseignante. L'Atelier Des Mots. 1060 BXL. 02 537 83 82. laterdesmots@skynet.be - www.laterdesmots.be

Corps Subtils et Chakras

[F][Bf] Thérapies multi-dimensionnelles. 11/11 au 11/10/2011. Soins & harmonisation des chakras, transmissions et activations, alignement harmonique ascensionnel, dissolution karmique, codes de la nouvelle ère. **Asananda**, thérapeute multi-dimensionnel. Kalpulli Ollin Tonantzin. 1630 LINKEBEEK. 02 361 81 56. www.ollintonantzin.com

[F][Na] Harmonisation des Chakras. 20/11. 9h30-18h. Connaissance des centres énergétiques mettant en relation les différentes parties des corps : physique et énergétiques. **Martine Goyens**, pharmacienne - kinésiologue. Institut Namurois de Kinésiologie Spécialisée. Ancienne Abbaye de Malonne. 5000 NAMUR. 010 84 14 98 - 0473 28 33 50. s.adant@skynet.be

[S][Bw] Nos Corps Subtils. 26/11. 13h30-17h30. Apprendre à percevoir, à sentir avec nos mains les corps d'énergie qui émanent de nous. **Daniel Schroeder.** Atlantide Asbl. 1380 LASNE. 02 633 12 66. info@atlantideasbl.org

Cosmétiques Naturels

[S][Lg] Les cosmétiques naturels. 13/11. 14h-18h. Atelier consacré à la fabrication de plusieurs cosmétiques avec des produits exclusivement biologiques. Vous partez avec vos réalisations. **Josiane Bulka**, herboriste. Rosa Gallica. 4470 SAINT GEORGES SUR MEUSE. 04 275 67 92.

[S][Lg] Parfums, huiles et sérums couleurs (Aïtéarah). 13 au 14/11. 10h-17h. Une respiration pour le corps, une couleur pour l'esprit. Venez découvrir l'outil génial qu'est l'association de l'olfacto et de la chromothérapie. **Martine Robazza**, psychothérapeute, **Agnès Goblet**, réflexologie plantaire. A La Vraie Vie. 4280 HANNUT. 0478 240 033. alavraievie@yahoo.fr

[S][Lg] Fabrication de cosmétiques bios. 19/11. 13h-17h. Pour votre peau, le bio, oui... mais pas à n'importe quel prix ! Recettes faciles pour pouvoir bénéficier de VOS produits bios. **Fanou Renier**, coach mieux-être. 4000 LIÈGE. 0476 361 838.

[S][Bw] Atelier cosmétique. 8/11 à 19h et 26/11. 10h. Créez et emportez vos crèmes personnalisées. Kalao. 1300 WAVRE. 0476 078 022. kalao@live.be

Couples

[S][Na] «Se séparer et après...» 13/11 et 14/11. Quitter la relation conjugale, protéger la relation parentale, garder un lien, mettre des mots, ... vivre cette étape de souffrance dans le respect... **Animateurs en Communication**

Relationnelle. Oasis Relationnel Asbl. 5000 NAMUR. 0472 743 031 - 0474 604 331. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

Danse

[R][Bx] Cours de danse pour adultes. 10/11, 11/11, 15/11, etc.. Lundis/mercredis/jeudis, midi ou soir. Cours de danse classique, contemporain, barre à terre, modern-jazz, impro-création. Niveaux débutants et moyens. **Céline Wobmann**, chorégraphe, danseuse et professeure diplômée, **Floriane Benjamin**, comédienne diplômée du Conservatoire et danseuse. Atelier Mouvanse. Centre Rosocha. 1210 BXL. 0473 423 399. ateliermouvanse@gmail.com

[R][Bx] Cours de danse pour enfants et ados. 10/11, 13/11, 15/11, 17/11, etc.. Lundis/mercredis/samedis. Cours parents-enfants (2-3 ans), éveil-initiation (3-5 ans), danse classique (dès 6 ans), modern-jazz (dès 6 ans + ados). **Céline Wobmann**, chorégraphe, danseuse et professeure diplômée, **Floriane Benjamin**, comédienne et danseuse. Atelier Mouvanse. Centre Rosocha. 1210 BXL. 0473 42 33 99. ateliermouvanse@gmail.com

[R][Bx] Danse orientale. 11/11, 13/11 ou 16/11. Tous les mardi, jeudi 12h30 ou 18h30 et samedi 14h45 et 15h45. Se base sur la danse orientale "raqs sharki" dans une tradition égyptienne. **Dounia, Hassna.** Yantra. 1050 BXL. 02 646 25 64. contact@acayantra.be

[R][Bw] Le mouvement dansé, une pratique de vie. 11/11. 19h30-21h30. Chaque jeudi. Méditation, étirements, marche. Sentir les parties du corps, descendre dans la hara, harmoniser les trois centres, mouvements lents. **Daphné De Tiege.** Asbl S'Habiter. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0496 706 631. www.asbl-shabiter.be

[S][Bx] Lève-toi et danse ! 13/11. 10h30-18h. Danse et chant spontanés sur musiques live. Une journée pour s'ouvrir, en mouvements et en son et pour se donner l'occasion de vibrer, puis de danser tout en spontanéité. Ouvert à tous(tes). **Fabrice George**, danseur, musicien, initié aux pratiques d'éveil par le mouvement. Espace Tribal. Studio danse "Le chien perdu".

NOUVELLES EXPANSIONS

Outils pour manifester
votre essence dans l'incarnation

Séminaires et consultations de François De Kock

www.expansions.be

0475 743 903



Sexpansions

Une approche consciente de la sexualité

Cours individuels par Internet

www.sexpansions.org

1190 BXL. 0497 906 539. sessions.tribales@yahoo.fr - www.espacetribal.com

[S][Bx] **Au coeur de la danse.** 16/11 ou 3/12. 20h-22h. Danser nos émotions, notre force et notre vulnérabilité. Un chemin de transformation par le mouvement. **Edith Saint-Mard**, danseuse et accompagn. dev. perso. Salle Danaë. 1050 BXL. 02 733 03 40. edithsm@skynet.be

[S][Lg] **Danse les 5 rythmes - 1er Module : La fluidité (terre).** 20 au 21/11. 10h-18h. Danser pour nous enraciner, sentir la Terre sous nos pieds, laisser place à notre corps, à l'accueil de notre terre à tous et surtout à nous-même. **Catherine Cutello**, professeur de danse thérapie. Espace Equilibre. Hôtel de ville de Petit Rechain. 4800 PETIT RECHAIN. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.com - www.espace-equilibre.com

[S][Bx] **Atelier mouvement 2 dimanches par "moi"** 21/11, 28/11. Aborder le mouvement par un travail du corps profond, doux et ludique qui nous donne des outils pour mieux vivre au quotidien.. danser nous appartient ! **Estella Undurraga**, danse thérapeute. 1060 BXL. 0488 374 540.

[S][Bx] **Au coeur de la danse.** 21/11. 10h30-12h30. Danser nos émotions, notre force et notre vulnérabilité. **Edith Saint-Mard**, danseuse et accompagn. dev. perso. Salle Dublin. 1050 BXL. 02 733 03 40. edithsm@skynet.be

[R][Bw] **Danse spontanée sur musiques live.** 23/11 et 11/1 ou 30/11 et 11/1. 19h30-21h30. Reconnectez corps, coeur et esprit en suivant votre propre énergie en mouvement. Ouvert à tous sans prérequis. **Fabrice George**, danseur, musicien. L'Espace Tribal. Studio Columban. 1300 LOUVRANGE. 0497 906 539. fabrice@espacetribal.com - www.espacetribal.com

[R][Bw] **Mon corps, ma terre, mes racines.** 23/11 ou 30/11. 20h-22h. Invitation de se reconnecter avec soi-même par la danse et agrandir le potentiel/ danse comme développement personnel. **An Goedertier**, thérapeute, danseuse. Bodymind Movement. Centre Carpediem. 1325 VIEUSART. 0485 917 872. an@bmmovement.be - www.bmmovement.be

L'Art Canin

Françoise Janssens
Energéticienne humains et animaux

Reiki, shiatsu, kinésiothérapie,
dialogue intuitif, relaxation

Rue Sur-les-Marchés, 181 - 5621 Hanzinne
sur RDV et à domicile : 0496 075 194
artcanin51@hotmail.com - www.lartcanin.com



Toucher & Massage CénesthésiC®

Approfondir/restaurer le contact authentique avec soi
et trouver la tonalité juste pour rencontrer autrui.

Initiation 20-21/11 (avec T. Hoang-van)

18-19/12 (avec L. Stengele)

02 346 47 50 - massage.cenesthesic@skynet.be



Institut Elan Vital
Développement personnel & Coaching

'Les Neurosciences et leurs applications concrètes'
20 & 21 novembre, animé par Olivier Masselot

www.baogroup.be

★ Soirée info gratuite le 09 décembre 2010 ★
à 18.30 h. au Bouche à Oreille - 11, Rue Félix Hap à 1040 Bxl.

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bfl] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

[S][Bw] Danses Sacrées selon Gurdjieff. 27 au 28/11. 9h-18h. Pratique excellente pour développer la connaissance de soi et du Soi. L'attention, l'observation, voir, inhiber l'ego afin de vivre la Présence. **Maja Möser.** Asbl S'Habiter. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0496 706 631. www.asbl-shabiter.be

[R][Bx] Danse spontanée sur musiques live. 7/12. 19h30-21h30. Reconnectez corps, cœur et esprit en suivant votre propre énergie en mouvement. Ouvert à tous sans prérequis. **Fabrice George,** danseur, musicien, initié aux pratiques d'éveil par le mouvement. L'Espace Tribal. Studio danse le Chien Perdu. 1190 BXL. 0497 906 539. fabrice@espacetribal.com - www.espacetribal.com

Dessin & Peinture

[R][Bx] Dessiner ... et pourquoi pas oser s'y mettre ? 25/11, 2/12 et 9/12. 10h-12h15. Apprenez les 5 techniques de base utiles pour apprendre rapidement à dessiner ou à affiner vos compétences. Etonnez-vous ! **Marie-Rose Del-saux,** artiste, art-thérapeute. 1200 BXL. 02 762 57 29 - 0475 600 614. mrd1@skynet.be

Développement Personnel

[F][Bw] Le stress, cette amie mal aimée. 10/11 au 10/12. 8h-18h. Dates à convenir. Comment gérer son stress suivant les dernières découvertes en NeuroSciences. **Daniel Radoux,** docteur es sciences. Advanced Advice. 1341 CEROUX MOUSTY. 0476 501 113. d.radoux@skynet.be - www.iani.info

[F][Bw] Vos allergies. 10/11 au 10/12. 8h-18h. Dates à convenir. Comment les nouveaux développements du monde médical peuvent vous aider à vous débarrasser de vos allergies. **Daniel Radoux.** Advanced Advice. 1341 CEROUX MOUSTY. 0476 50 11 13. d.radoux@skynet.be - www.iani.info

[S][Bx] Les différents octaves de l'amour. 13 au 14/11. 9h30-17h30. Atelier non résidentiel qui fait suite à la conférence intitulée «L'amour : de la psychologie à la spiritualité» du 12 novembre à la même adresse. **Bettina De Pauw,** psychologue - philosophe. Coeur.

com Asbl. Salle St Marc. 1180 BXL. 067 84 43 94. www.productionscoeur.com/europe

[S][Bw] Développer votre Bonheur Intérieur. 13 au 14/11. 9h30-17h30. Comprendre les mécanismes du malheur, du bonheur et de l'épanouissement ; mettre en place sa stratégie du Bonheur, méditer pour changer sa perception ! **Eric Remacle,** formateur professionnel, psychologue, écrivain. Happiness (Inside Me). 1380 LASNE. 0475 456 889. happiness.insideme@gmail.com - www.happinessinsideme.org

[S][Bx] Tendons à l'unicité de notre être : module 5. 13 et 14/11. 10h-18h. Pour vous permettre d'améliorer votre communication, votre intuition et découvrir davantage votre authenticité. **Fernande Leplang,** sophrologue, maîtrise en PNL, maîtrises en techniques énergétiques. Club Horizon. 1140 BXL. 02 770 75 93 - 0472 626 712.

[S][Bx] Transurfing Module 3. 13 au 14/11. 9h30-19h. L'argent, les buts et les rêves. Etablissez vos règles du jeu, orienté vers votre but profond en accord avec tout votre être et réconciliez-vous avec l'argent. **Oliver Masselot,** traducteur et coach. Centre Transurfing. Espace Coghén. 1180 BXL. 0486 076 724. info@transurfing.fr - www.transurfing.fr

[S][Bx] Eclaireurs de la Ville. 13/11. 14h-18h. Te guérir, ton prochain, la ville, la nature, la planète. Découvrir des frontières, les décrire, les explorer et les abolir. Bilingue FR-NL. Ateliers. 1140 BXL. 0477 186 813. ateliers@ateliers-evere.be - www.ateliers-evere.be

[S][Bw] Développer votre Bonheur Intérieur (et celui de votre entourage). 13 au 14/11. 9h30-17h30. Comprendre les mécanismes du malheur, du bonheur et de l'épanouissement ; mettre en place sa stratégie du Bonheur. **Eric Remacle,** formateur international, écrivain. Happiness (Inside Me). 1380 LASNE. 0475 456 889. happiness.insideme@gmail.com - www.happiness-inside-me.org

[S][Na] Le bonheur : choix ou hasard ! 13/11. 14h30-17h. Cercle de partage pour femmes. Autres horaires possible. **Marleen Laurent,** sophrologue. Centre Humanescence. 5000 NAMUR. 0495 474 499.

[S][Bx] Une vie pour se mettre au monde. 13 au 14/11. Comment apprivoiser la vieillesse et retrouver confiance dans les forces vitales qui nous portent ? **Marie De Hennezel,** psychologue et écrivain, **Bertrand Vergely,** philosophe, professeur et écrivain. Tetra. Les Sources. 1200 BXL. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S][Lux] Réaliser ma mission. 13 au 14/11 et 11 au 12/12. 9h30. 2 We pour découvrir la nature et la description de votre mission de vie, trouver les outils et les moyens pour la réaliser. **François De Kock.** Ferme de Gérardnouve. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 0475 743 903. expansions@belgacom.net - www.expansions.be

[R][Lg] Clubs de Yoga du Rire de Liège et de Malmédy. 13/11, 17/11 et 27/11. A Malmédy, le premier samedi du mois à 11h. A Liège, le 1er et 3ème mercredi du mois à 18h et le 2ème et 4ème samedi du mois à 11h. Accessible à tous, le yoga du rire oxygène le corps et l'esprit avec joie et détente. **Jeanne Cunill,** laughter yoga teacher. Vivance Asbl. Ecole de Yoga du Rire. 4020 LIÈGE. 04 227 73 31 - 0475 357 113. info@yogadurire.be - www.yogadurire.be

[S][Lux] Soirée d'unification. 16/11. 20h. Session de travail brève identifiant des pistes pour oeuvrer à notre unification pour nous appuyer sur tous les aspects de notre être. **François De Kock.** Ferme de Gérardnouve. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 0475 743 903. expansions@belgacom.net - www.expansions.be

[S][Bw] Espace de Paroles. 18/11. 19h45-22h. Un espace pour apprendre à se dire, à écouter et améliorer sa communication. **Maricé Niset,** psychologue. 1380 LASNE. 0478 567 136.

[S][Na] Cartes heuristiques. 18/11. 9h30-17h. Mettre créativement en forme des informations par une représentation graphique d'idées et des relations entre ces idées ! **Fabienne De Broeck,** ex-chef d'entreprise, psychothérapeute et coach. Maison de L'Ecologie. 5000 NAMUR. 081 22 76 47. contact@maisonecologie.be - www.maisonecologie.be

[S][Bw] Maîtriser les processus du Malheur, du Bonheur et de l'épanouissement personnel.

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

19/11. 9h30-17h30. Application de la psychologie positive, de l'intelligence émotionnelle et de la Plaine Conscience (Mindfulness) au développement du Bonheur intérieur ! **Eric Remacle**, psychologue, écrivain. Happiness (Inside Me). 1380 LASNE. 0475 456 889. happiness.insideme@gmail.com - www.happiness-inside-me.org

[R][Bx] Les Samedis de l'éveil. 20/11. 9h30-12h30. Nourrir et éclairer notre chemin d'évolution individuel et collectif, par méditations guidées, outils et pratiques adaptés au thème du mois. **Eva Van Den Broeck**, enseignante et praticienne en harmonisations énergétiques. The Bridge of Singing Light. Salle Etincelles. 1060 BXL. 02 344 76 00. eva.michael@skynet.be

[S][Bx] Les neurosciences et leurs applications concrètes. 20 au 21/11. Les Neurosciences et leurs outils pour favoriser un climat serein avec les autres, dynamiques de groupe et la gestion du stress dans les relations. **Olivier Masselot**, coach certifié. Bao Elan Vital. Bouche à Oreille. 1040 BXL. 02 732 48 44. ev-admin@bao-group.be - www.baogroup.be.

[S][Lg] Vous et l'argent. 20 au 21/11. 10h-17h. L'argent, cette énergie qui me manque, qui me tient et que je soigne sans jamais en guérir. Travail sur vos peurs, croyances, votre imaginaire. **Martine Robazza**, psychothérapeute. A La Vraie Vie. Salle les coquillots. 4280 HANNUT. 0478 240 033. alavraievie@yahoo.fr

[S][Ha] Boîte à outil pour le soin de l'âme. 21/11. 10h-17h. Une journée d'exploration profonde et ludique sur le thème des relations par l'expérimentation d'outils multiples. **Fabienne Descreven**, psychothérapeute. Art De Soi. 7800 ATH. 0475 918 781. infos@artdesoi.be - www.artdesoi.be

[S][Na] Pensées positives. 26/11. 10h-16h. Pour créer la réussite, la santé, la joie de vivre, le bonheur dans votre vie en utilisant la force de vos pensées !. **Christine Thyange**, animatrice d'ateliers de pensées positives. Maison De L'Écologie. 5000 NAMUR. 081 22 76 47. contact@maisonécologie.be - www.maisonécologie.be

[S][Bx] L'Ego, principal obstacle au bonheur. 27 au 28/11. Qu'est-

ce que l'ego ? Comment fonctionne-t-il ? Comment se libérer du mental et s'accepter soi-même ? Exercices pratiques. **France Baesens**. 1180 BXL. 02 345 33 02 - 0472 618 280.

[S][Bx] Le rire, la joie, le bonheur... 28/11. 10h-18h. Découvrir le pouvoir transformateur du rire. Retrouver notre joie profonde dans le partage et le lâcher-prise. **Roberto Liradelfo**, thérapeute psycho-corporel. Creacom Asbl. Biovoix. 1000 BXL. 02 657 77 88 - 0472 838 880. biovoix@gmail.com

[S][Bw] Danse d'ancrage Longo. 28/11. 10h-17h30. Longo : méthode de dev. personnel initiée par **Eiima**. Ce sont des mouvements de danse effectués en douceur, alliant corps et esprit ici et maintenant. Centre Manolaya. 1420 BRAINE-L'ALLEUD. 0472 845 007. info@centremanolaya.be - www.centremanolaya.be

[S][Lux] Les contes du clown chamanique. 28/11. 14h30. Représentation guérissante. Le clown chamanique canalise et représente ce qui vous habite, sans explication. **François De Kock**. Ferme de Gérardnouve. 6823 VILERS-DEVANT-ORVAL. 0475 743 903. expansions@belgacom.net - www.expansions.be

[S][Lg] Rire pour être heureux. 28/11. 10h-17h. Pour développer sa capacité à rire avec des exercices, méditations et philosophie du Yoga du Rire. **Jeanne Cunill**, formatrice de yoga du rire. Vivance Asbl. Centre Vivance. 4020 LIÈGE. 04 227 73 31 - 0475 357 113. info@yogadurire.be

[S][Ha] Retour au toucher enfantin. 3/12. 18h30-21h30. Toucher : le nouveau tabou social. Pourtant c'est un besoin vital. Venez redécouvrir le toucher simple de l'enfance dans le respect de soi et de l'autre. **Fernand Cordier**, formateur. Evolution, 481. 6200 CHÂTELET. 0471 201 457. evolution481@hotmail.com

[S][Bx] Transurfing Module 4. 4 au 5/12. 9h30-19h. Principe : «Où tout est possible». Harmonie des relations avec soi et les autres. Quand vous êtes bien avec vous, tout se passe bien dans votre vie. **Olivier Masselot**, traducteur et coach. Centre Transurfing. Espace Coghen. 1180 BXL. 0486 076 724. info@transurfing.fr - www.

transurfing.fr.

[S][Bx] Apocalypsis : le livre des dévoilements. 4 au 5/12. Comment voir l'Apocalypsis comme la révélation et la révolution vécue de la fin d'un temps. Intermèdes musicaux par J-P Dessy. **Jean-Yves Leloup**, dr en philosophie, psychologie et théologie. Tetra. Les Sources. 1200 BXL. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Do-In

[R][Bf] Initiation au Do-In. 10/11. 19h30-21h. Les mercredis. Comment équilibrer votre énergie, élimine tensions et stress. Gymnastique douce. 1x par semaine à Wemmel et Schaerbeek. **Marcel Pirard**, formateur. Isamar Shiatsu. 1780 WEMMEL. 02 461 01 31. isamarshiatsu@yahoo.fr - www.shiatsu-isamarc.be

[R][Bx] Initiation au Do In. 15/11. Les lundis (5 horaires possibles). Comment équilibrer votre énergie, élimine tensions et stress. **Marcel Pirard**, formateur. Isamar Shiatsu. La maison des femmes. 1030 BXL. 02 461 01 31. isamarshiatsu@yahoo.fr - www.shiatsu-isamarc.be

Drainage Lymphatique

[S][Bx] L'auto-drainage lympho-fluide du visage. 20/11. 12h45-14h. Détoxine et relaxe. Utile en cas de nervosité, migraine, sinusite, névralgies, rhumes, circulation cérébrale, insomnie ... **Anne Denis**, naturopathe. Atelier Saphir. La grotte de sel. 1040 BXL. 02 649 83 06 - 02 742 19 92. www.ressourcement.info/ateliersaphir

Eco & Bio-Construction

[R][Lg] Etude des pollutions électriques, santé. 27/11. 9h-17h30. Comment réaliser une installation électrique sans nuisance et faire des économies. Identifier, mesurer les pollutions électriques, les influences sur la santé et les protections. **Michel Lespagnard**, ing. élec., conseils en santé de l'habitat. C.e.r.e.b. 4430 ANS. 0498 827 705. cereb@skynet.be - www.cereb.be

Eco-Consommation

[S][Na] C'est mon sac - initiation à la couture. 28/11. 10h-18h. Pre-

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Ff] Flandres [Et] Etranger

miers points à la machine à coudre et connaissance des tissus. Réalisation d'un sac shopping original unique. Dès 15 ans ! **Delphine Gérard**, créatrice et animatrice d'ateliers d'expression textile. Maison de L'Écologie. 5000 NAMUR. 081 22 76 47. www.maisonecologie.be

[S][Na] Plantes dépolluantes. 29/11. 14h-16h15. Ces plantes qui purifient l'air de nos maisons. Atelier de sensibilisation à la qualité de l'environnement et de nos maisons. **Estelle Le Masson**, intervenante éducative Santé et Environnement. Maison de L'Écologie. 5000 NAMUR. 081 22 76 47. contact@maisonecologie.be - www.maisonecologie.be

Education & Pédagogies alternatives

[R][Ha] Parlez pour que les enfants écoutent... 17/11, 1/12. 19h30-22h. Ecouter pour que les enfants parlent. Ateliers de communication parents-enfants afin de gérer les conflits et susciter la collaboration plutôt que l'affrontement dans le respect de chacun. **Laurence Demanet, Marilyn Segat.** Naturissimo ! 7800 ATH.

0499 994 023. naturissimo@gmail.com - www.naturissimo.be

[S][Ha] Parler pour que les enfants écoutent...écouter pour que les enfants parlent. 17/11 au 9/2. 19h30-22h. 7 ateliers espacés de 15 jours en 15 jours. Comment s'y prendre avec les sentiments négatifs des enfants, susciter la coopération, éviter la punition. **Marilyn Segat, Laurence Demanet.** Naturissimo!. 7500 TOURNAI. 0476 982 441. naturissimo@gmail.com - www.naturissimo.be.

EFT- Emotional Freedom Techniques

LE CENTRE EFT PROPOSE :



GUÉRIR LE COEUR ACCROC
23,24,25 NOV. 2010
WWW.GUERIR-EFT.COM

[F][Bx] Formation EFT Niveau 1 Certifiante. 11 au 13/11. 10h-18h. Formation pour professionnels de la relation d'aide et futurs praticiens. Pré-requis : journée d'ini-

tiation + lecture manuel. Démonstrations, exercices. **Caroline Dubois**, formatrice EFT. Le Centre Eft Asbl. Espace Coghen. 1180 BXL. 02 381 20 96 - 0475 63 87 47. c.dubois@skynet.be - www.guerir-ef.com

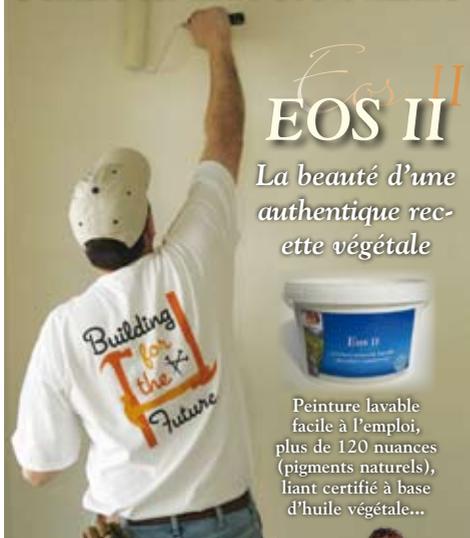
[S][Bw] Zensight Process. 13 au 15/11. 9h30-18h. Nouvelle technique de Psychologie Énergétique s'adressant à tous, pour une guérison rapide et douce aux niveaux émotionnel, physique et spirituel. **Carol Ann Rowland**, spécialiste traumatismes. Institut Belge De Kinésithérapie. 1330 RIXENSART. 02 652 26 86. ibk@ibk.be - www.ibk.be

[S][Bx] Groupe de thérapie en intelligence émotionnelle. 20/11. 12h30-16h. Un samedi par mois. Groupe mensuel de travail sur soi dans un cadre de respect et bienveillance. **Marjan Abadie.** 1030 BXL. 0476517016. marjan@etreendevenir.com - www.etreendevenir.com

[S][Bx] Guérir le coeur accroc. 23 au 25/11. Est-ce que la guérison vient vraiment de la libération de nos cœurs des illusions qui nous lient, révélant le Vrai Moi ? **Sue Beer, Emma Roberts**, maîtres EFT du Centre Eft de Londres. Le Centre Eft Asbl. Maison

agenda

Peindre ses murs 100% nature



EOS II

La beauté d'une authentique recette végétale

Peinture lavable facile à l'emploi, plus de 120 nuances (pigments naturels), liant certifié à base d'huile végétale...



Catalogue, points de ventes, fiches techniques sur : www.galtane.com



L'ATELIER TRANSACTIONNEL, asbl

1° L'ECOLE D'ANALYSE TRANSACTIONNELLE :

Formations complètes et certifiantes (données par des formateurs certifiés, psychologues) pour devenir Psychothérapeute Analyste Transactionnel.
- Enseignement et formation théorique et pratique dans l'emploi des outils de l'A.T.
- Approfondissement des techniques de pointe.

2° LES ATELIERS SATELLITES :

Des ateliers de développement personnel sur des thèmes précis et ponctuels, pour les personnes, les couples, les parents. Des occasions d'acquérir des outils d'épanouissement.
L'Analyse Transactionnelle veut aider la personne à améliorer la conduite de ses relations en l'aidant à reprendre ses pouvoirs sur soi.

PROGRAMME : visitez notre site www.ateliertransactionnel.org, ou sur demande à : L'ATELIER TRANSACTIONNEL, asbl 105b, rue de La Hulpe à B-1331 ROSIERES 02 654 18 00 - nasielski@skynet.be

[S] Stages/ateliers **[R]** Cours Réguliers **[F]** Formations

[Bx] Bruxelles **[Bw]** Brabant wallon **[Lg]** Liège **[Ha]** Hainaut **[Na]** Namur/Luxembourg **[Bf]** Brabant flamand **[Fi]** Flandres **[Et]** Etranger

ND du chant d'oiseau. 1150 BXL. 0475 638 747. info@therapeutia.com - www.guerir-eff.com

Electricité biotique

[S][Ha] Etude des pollutions électriques. 13/11. 9h-17h30. Réaliser une installation électrique sans nuisance et faire des économies. Identifier et mesurer les pollutions électriques, **Michel Lespagnard**, ing élec., conseils en santé de l'habitat. C.e.r.e.b. 6000 CHARLEROI. 0498 827 705. ce-reb@skynet.be - www.cereb.be

EMF Balancing Technique

[S][Bx] Atelier de l'Universal Calibration Lattice. 13/11. 9h30-17h30. Pour vivre, ressentir, comprendre l'énergie d'harmonisation, de cocréation, d'amour de l'EMF Balancing Technique et intégrer ses outils. **Eva Van Den Broeck**, enseignante et praticienne en harmonisations énergétiques. The Bridge of Singing Light. 1190 BXL. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

[S][Bx] Formation aux Phases I-IV de l'EMF Balancing Technique. 13 au 18/11. 9h30-17h30. Initiation de croissance personnelle : vivre les alignements puissants, harmoniser son énergie, recevoir et apprendre à offrir les Phases I-IV de l'EMF. **Eva Van Den Broeck**, enseignante et praticienne en harmonisations énergétiques. The Bridge of Singing Light. 1190 BXL. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

Enfance

[S][Bx] Loisirs à visée handi-solidaire & formative. 14 au 27/11. Loisirs de w-e en groupe avec des enfants handicapés et le soutien de professionnels compétents et enthousiastes. Seul(e) ou en famille ! Famisol Asbl. 1200 BXL. 02 771 91 14 - 02 779 41 55 - 0473 86 65 49. jm.marchal@famisol.be - www.famisol.be

Enfants : Guidance & Relation d'aide

[S][Ha] Communication relationnelle pour les parents. 16/11. 19h30-22h. Etre parents aujourd'hui...Des pistes pour vous

permettre de créer, de rétablir ou d'améliorer une dynamique positive avec vos enfants. **Animatrices en Communication Relationnelle.** Oasis Relationnel Asbl. Ferme des Aulnes. 7760 ESCANAFFLES. 0472 743 031 - 0479 201 322. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

[S][Ha] Communication relationnelle pour les parents. 18/11. 19h30-22h. Etre parents aujourd'hui...Des pistes pour vous permettre de créer, de rétablir ou d'améliorer une dynamique positive avec vos enfants. **Animatrices en Communication Relationnelle.** Oasis Relationnel Asbl. Ecomusée des collines. 7890 LAHAMAIDE. 0472 743 031 - 0479 201 322. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

[S][Br] Pause Parents - Soirée d'info. 21/11. 19h-21h. Pour découvrir le plaisir de grandir grâce à vos enfants. Ateliers thématiques mensuels, le dimanche de 10h à 13h. **Christiane Pallen**, thérapeute Pscho-Corporel. Centre Ressourcements Asbl. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37. info@ressourcements.be - www.ressourcements.be

Eutonie

[S][Bx] Eutonie à Woluwé-St-Lambert. 23/11 et 7/12. 19h30-21h. Découvrir l'eutonie, les mouvements conscients, la connaissance de soi. Pour pouvoir quitter ses habitudes et se mouvoir autrement. Gestion du dos. **Michèle Maison**, certifiée en Eutonie. 1200 BXL. 0472 858 395. mami@eutonietobe.net - www.eutonietobe.net

[S][Ha] Eutonie à Templeuve. 27/11. 9h30-13h. Conscience corporelle. Comment se libérer de ses tensions et redécouvrir la souplesse et la confiance en soi. **Michèle Maison**, certifiée en Eutonie. 7520 TEMPLEUVE. 02 267 40 60 - 0472 85 83 95. mami@eutonietobe.net - www.eutonietobe.net

[S][Lg] Journée découverte Eutonie GA. 5/12. 10h-16h. Libérer ses richesses pour gérer le stress, le dos. S'affirmer par la relaxation. Se reconnaître, se ressourcer en prenant appui sur son corps. **Benoît Istace**, eutonie pédagogue. Centre d'Etude Gerda Alexander. Conservatoire Acadé-

mie. 4280 HANNUT. 087 22 68 62. www.istace.com

Expressions créatives

[R][Na] La terre et Soi ! 10/11. 14h-16h. Tous les mercredi. Cours intergénérationnels à partir de 7 ans. Toucher la terre : l'art de se faire du bien en créant des oeuvres personnalisées dans une ambiance conviviale. **Françoise De Backer**, céramiste, thérapeute. Porte du Pélerin Asbl. 5380 FERNELMONT. 080 83 43 01. portedupelerin@hotmail.com - www.portedupelerin.com

Féminité-Masculinité

[S][Bx] Groupe pour Hommes Skydancing. 15/11, 24/11. 9h-17h. Pour développer la fierté et la beauté d'être un Homme. Découvrir une sexualité consciente et sacrée. **Philippe Wyckmans**, teacher Skydancing. Conscience Au Quotidien. 1180 BXL. 0476 799 409. hommes@conscienceauquotidien.com - www.conscienceauquotidien.com

[S][Bw] Cercle sacré de femmes. 15/11. 19h30-22h. Les cycles lunaires et les cycles féminins. Une invitation à approfondir la puissance de nos cycles intérieurs et extérieurs. Méditations, chants, danses et rituels de guérison et de passage. **Martine Henkart**, thérapeute. La Vie En Fête. 1340 OTTIGNIES. 010 40 17 77.

[S][Na] Moment de Femmes. 21/11. 4 dimanches pour un Voyage in-terre-rier dans la conscience du corps subtil et sacré féminin. «Ma femme, mon ancre, mon U-Terre-Us»; un retour en «soie». **Marion Delforge**, thérapeute corporelle holoénergétique. Vévy Wéron. 5100 WÉPION. 0476 716 092. www.allianceaucorps.net

[S][Na] Alchimie du féminin. 26/11. Dévoiler l'Amour de Soi en explorant son centre profond et fécond, voie de l'émergence du plaisir. Auto massage du ventre : mes organes me parlent. **Marion Delforge**, thérapeute corporelle holoénergétique. Alliance au Corps. 5560 MESNIL EGLISE. 0476 716 092. www.allianceaucorps.net

[S][Na] La traversée de l'amour. 3 au 5/12. Initiation féminine. Quitter la scène pour entrer dans la Vie. Chaque femme amène sa

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Br] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

Apprenez à pratiquer

LE BIOMAGNÉTISME HUMAIN®

L'ART DE REDONNER LA SANTÉ GRÂCE À VOS PROPRES ÉNERGIES

Véritable médecine fondamentale de l'homme.



Jean-Marie BATAILLE

Chercheur en énergies humaines, Docteur en médecine naturopathique (GB), lauréat du Mérite et Dévouement Français, pour services exceptionnels rendus à la collectivité Humaine et Lauréat de l'Académie des Arts, Sciences et Lettres.



Devenez

- Biomagnétiseur®
- Drainolymphologue®
- Spécialiste en massages rénovateurs®
- Biochirurgien®

Certificats de stages

Grâce à des cours exclusifs, rapides, faciles à assimiler pour tous !

Intéressent :

- ceux qui désirent créer leur métier en indépendant
- les praticiens médicaux, paramédicaux et ceux voulant se doter de moyens performants supplémentaires
- les retraités cherchant à occuper leur temps utilement
- les personnes voulant soigner leur entourage

l'Ordre des Biomagnétiseurs

(non médical) régit et protège l'exercice du Biomagnétisme Humain

www.ordre-biomagnetiseurs.com

Liste des professionnels

Venez assister à des opérations en Biochirurgie Immatérielle

Vous aurez le plaisir d'être accueillis gratuitement à l'IFACE,

Vous vous entretiendrez avec les stagiaires sur les cours théoriques et pratiques en Biomagnétisme Humain qu'ils viennent de suivre. Il est rare de pouvoir vivre une telle réunion transparente et voir des exemples de résultats exceptionnels obtenus en direct.

Vous découvrirez, sous vos yeux, de quelles façons notre esprit et nos propres énergies sont capables de prodiges insoupçonnables.

Vous aspirerez à en faire autant, ce qui est possible, puisque la finalité de notre mission est de vous transmettre entièrement tout notre savoir faire. Votre voyage fait en France Métropolitaine, vous sera remboursé intégralement en valeur aller-retour, lors de votre 1^{er} stage (train ou essence + péage).

Tous les vendredis à 14 heures
Inscription au + 33 1 43 40 07 95

Merci de m'adresser la documentation gratuite !

Retournez ce coupon sans affranchir, à :

IFACE - LIBRE REPONSE 10924 - 75568 PARIS CEDEX 12

• Tél. : + 33 1 43 40 07 95 • Fax : + 33 1 43 44 57 15

• www.biomagnetisme.com • www.biomagnetisme-bataille-paris.com

NOM et prénom :

Adresse :

Tél. :

propre histoire avec UN homme, ses blessures, ses croyances qui la séparent de l'amour. **Martine Hanard**, psychanalyste jungienne **Kay Lipman**. Ferme Vévy Wéron. 5100 WÉPION. 02 331 33 04. feminitude.mh@live.be

Feng Shui

[S][Bx] Feng Shui Ecole de la Boussole. 11/11. 10h-17h. Application des principes Feng Shui et géobiologiques de l'École de la Boussole. Nécessite le suivi des stages «Découverte du Feng Shui 1 & 2» **Emmanuel De Win**, expert diplômé en Feng Shui & Géobiologie. 1150 BXL. 0472 308 656. info@interieurparticulier.be - www.feng-shui-geobiologie.be

[S][Na] Feng shui niv.2. 13 au 15/11. Matière enseignée : luo shu, cycles du temps, 24 montagnes, 9 étoiles volantes, 24 étoiles année-mois, angle dormant, sha Qi, cure de sel, pratique... **Arnaud Bertrand-Deviller**, formateur. Ecole Shan. Humanescence. 5000 NAMUR. 0477 421 313. info@ecoleshan-fengshui.com - www.ecoleshan-fengshui.com

[S][Bx] Feng Shui, atelier pratique 1. 20/11. 10h-17h. Stage de méthodologie de l'analyse en Feng Shui et en géobiologie. Nécessite le suivi des stages Découverte du Feng Shui I & 2 au préalable. **Emmanuel De Win**, expert diplômé en Feng Shui & géobiologie. 1150 BXL. 0472 308 656. info@interieurparticulier.be - www.feng-shui-geobiologie.be

[S][Na] Atelier sur la purification. 24/11 ou 8/12. 20h-22h. Venez découvrir comment se purifier, ainsi que la purification des maisons. **Rhiannon**. Les Trois Mondes. 5150 FLORIFOUX. 0496 77 16 20 - 0471 37 82 95.

[S][Lg] Feng Shui, stage découverte niveau 1. 4 au 5/12. 10h-17h. Envie de vous initier à un outil qui vous servira à vie ? Venez découvrir les subtilités du Feng Shui à travers 2 journées ludiques et interactives. **Emmanuel De Win**, expert diplômé en Feng Shui. Intérieur Particulier. Espace de Resourcement. 4000 LIÈGE. 0472 308 656. info@interieurparticulier.be - www.feng-shui-geobiologie.be

Flours de Bach

[S][Bx] Formation en fleurs de Bach par la lecture du végétal. 10/11 au 15/12. 13h-16h30. Formation en 6 mercredis après-midis. Théorie complète et connaissance approfondie des 38 fleurs de Bach par la «lecture» du végétal. 3 à 5 pers. **Elisabeth Crousse**, formatrice et conseillère en fleurs de Bach. Centre Caprifolium. 1160 BXL. 0485 40 10 24. elisabethcrousse@hotmail.com - www.caprifolium.be

[F][Na] Les Fleurs du Dr Bach. 13 au 14/11. 9h30-18h. La vie et philosophie du Dr Bach. Détail et différenciation des fleurs, mise en évidence de leur potentiel positif. **Martine Goyens, Patrice Gilly**, pharmacienne - kinésologue, journaliste. INKS. Ancienne Abbaye de Malonne. 5000 NAMUR. 010 84 14 98 - 0473 28 33 50. s.adant@skynet.be. Agréée quelques formations par la RW.

[S][Bx] Formation en fleurs de Bach par la lecture du végétal. 14/11 au 19/12. 9h30-13h. Formation en 6 dimanches. Théorie complète et connaissance approfondie des 38 fleurs de Bach par la «lecture» du végétal. Groupe de 3 à 5 pers. **Elisabeth Crousse**, formatrice et conseillère en fleurs de Bach. Centre Caprifolium. 1160 BXL. 0485 40 10 24. elisabethcrousse@hotmail.com - www.caprifolium.be

[S][Na] Stage d'initiation aux Fleurs de Bach. 20 et 21/11. 9h30-17h30. Comment bien choisir et prendre les Fleurs de Bach : une méthode simple et efficace pour équilibrer nos états émotionnels. **Véronique Heynen-Rademakers**, formatrice agréée Bach International Education Program. Trifolium. 5030 GEMBLOUX. 0474 387 160. info@fleurdebach.be

Fréquences de Brillance

[S][Bw] Journée découverte STAR. 20 au 21/11. 16h-18h. Trouvez et progressez sur votre chemin en découvrant l'étoile qui brille en vous à partir d'un bilan de vie et d'une nouvelle approche holistique. **Myriam Van Espen**, conseillère holistique, énergéticienne, **Claudia Ucross**, psychothérapeute en analyse bioénergétique, **Audrey Yargui**, chiropraticienne. Equipe Radiance. 1380 LASNE. 0479 33 94 33.

claudia.ucross@mac.com - espace-en-nous.be

Géobiologie

[S][Bx] Géobiologie niv 2 : les perturbations artificielles. 12/11. Application pour l'habitat sain de la géobiologie. Les perturbations artificielles, détection et correctifs. **Emmanuel De Win**, expert diplômé en Feng Shui & géobiologue. 1150 BXL. 0472 308 656. info@interieurparticulier.be - www.feng-shui-geobiologie.be

[S][Bx] Magnétisme, radiesthésie et géobiologie. 13/11 et 15/1, 4/12 et 15/1. 10h-17h. Formations et consultations. Radiesthésie : bilan énergétique sur le corps humain, les corps énergétiques et les chakras, recherche de personnes disparues, sourcier. **Denis Magnenaz**, magnétiseur, radiestésiste et géobiologue. I.r.e.e.v. Centre 58. 1180 BXL. 00 33 1 69 05 40 90.

[S][Lg] Bilan énergétique et Antenne Lecher. 16/11, 23/11 et 30/11. 19h30-22h. 3 soirées. Initiation à la détection et à la recherche en géobiologie, mesures et équilibre des énergies. **Michel Lespagnard**, ing.électricité, **Michel Navez**, acupuncteur. C.e.r.e.b. 4000 LIÈGE. 0498 827 705.

Gestion du Stress

[R][Ha] Gestion du stress. 10/11, 11/11 et 16/11. Tous les mardis ou merc ou jeudis. Par la respiration consciente, l'écoute du corps, la visualisation créatrice, apaiser notre mental, nos émotions. **Françine Paquet**. 6280 LOVERVAL. 071 47 22 34 - 0474 346 482. francinepaquet67@hotmail.com

[R][Bx] Comment gérer son stress et ses émotions ? 12/11 et 19/11. 9h-16h30. Formation pratique pour s'entraîner au calme et vivre ses émotions en toute sérénité. Apprendre à reconnaître les émotions d'autrui. **Sylvie De Bruyn, Nathalie Van-craeynest**, coach et formatrices. Be My Coach. Centre Egology. 1180 BXL. 0495 365 177. sylvie.debruynd@bemycoach.be - www.bemycoach.be

[F][Ha] Formation Gestion du stress. 28/11. 9h30-17h. Qu'est-ce que le stress ? Quelles en sont

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Br] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

les causes ? Bon stress/mauvais stress ? Comment le gérer ? **Fernand Cordier**, formateur et **Karima Kaddour**, psychologue. Evolution, 481. 6200 CHÂTELET. 0471 201 457. evolution481@hotmail.com

[S][Na] **Apprivoisez votre stress.** 4 au 5/12. WE de travail sur soi pour vous donner divers conseils et travailler ensemble sur les croyances et les déclencheurs influents sur votre stress. **Isabelle Croisiau**, psychologue, thérapeute. Humanescence. 5000 NAMUR. 0493 19 36 62. info@isabelle-croisiau.be - www.isabelle-croisiau.be/

Hypnose

[F][Bw] **Hypnose : spécialiste régression en âge.** 10/11 au 10/12. Par l'hypnose, la technique (régression en âge) permet d'aller retrouver dans le passé la source de la problématique. **Daniel Radoux**, docteur ès Sciences. Advanced Advice. 1341 CEROUX MOUSTY. 0476 50 11 13. d.radoux@skynet.be - www.iani.info

[S][Bx] **Auto-hypnose : poids et boulimie.** 18/11. 14h-17h. Faire évoluer sa relation à la nourriture. Par le processus hypnotique, apprendre la maîtrise de son subconscient. **Colette Toussaint**, hypnothérapeute. Institut de Nouvelle Hypnose. Espaces Cogenh.

1180 BXL. 02 538 38 10. info@nouvellehypnose.com

[S][Bx] **Se libérer du stress et de l'anxiété par l'auto-hypnose.** 18 au 25/11. 19h30-21h. Cycle de 8 séances en petit groupe de maxi 5 participants. Apprendre la pratique de l'auto-hypnose pour mieux gérer stress et anxiété. **Muriel Vandergucht**, psychologue. 1040 BXL. 0477 689 812 - 071 84 53 51. vanderguchtmuriel@skynet.be - www.ateliers-sophro.be

[S][Bw] **L'auto-hypnose et la visualisation dynamique créatrice.** 21/11. 9h30-16h30. Apprenez l'auto-hypnose en 6 heures, transformez-vous et devenez vraiment vous-même. **Eric Seeger**, hypnothérapeute certifié. Ateliers. 1300 WAVRE. 0484 736 373. eric01seeger@yahoo.fr

[S][Bx] **Gestion du stress, émotions, confiance en soi.** 26/11. 14h-17h. Améliorer l'estime de soi, surmonter blocages et inhibitions pour l'accession aux objectifs et aux rêves. **Eric Mairlot**, dr, hypnothérapeute. Institut de Nouvelle Hypnose. Espaces Cogenh. 1180 BXL. 02 538 38 10. info@nouvellehypnose.com

[S][Bx] **Atelier découverte de l'auto-hypnose.** 27/11. 15h-18h. Appliquée aux problèmes de stress et d'anxiété. Petit groupe de maxi 5 participants. **Muriel**

Vandergucht, psychologue. 1040 BXL. 0477 689 812 - 071 84 53 51. vanderguchtmuriel@skynet.be - www.ateliers-sophro.be

[F][Bx] **Hypnose clinique éricksonienne et nouvelle hypnose.** 4/12. Formation pour professionnels de la santé et psychothérapeutes. 3 années (6 samedis après-midi, 2 we). Début de la formation début décembre 2010. **Eric Mairlot**, hypnothérapeute. Institut de Nouvelle Hypnose et Psychosomatique Asbl. Espaces Cogenh. 1180 BXL. 02 538 38 10.

Interprétation des Rêves

[S][Bx] **Rêve de guérison et rêve de clarté.** 20 au 21/11. Réapprenons à interpréter nos rêves et à oser nous ouvrir à la voyance des 'maîtres du rêve' pour nous-mêmes et pour la collectivité. **Monique Tiberghien**, psychothérapeute, enseigne les pratiques du rêve, de la bioénergie et de la psychologie transpersonnelle. Tetra. Les Sources. 1200 BXL. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Jeu et Développement Personnel

[S][Bx] **Jeu de la transformation.** 11/11, 20/11, 26/11, 4/12. Jeudi, Vendredi 19:00, Samedi 14:30. Une intention de jeu, un chemin à parcourir à la découverte des obstacles, des aides, des messages de l'Univers. **Christiane Beele**, coach, formateur, énergéticienne.

Shiatsu	Physioscan	Géobiologie	Méditation
Massage psycho-sensoriel	Le Quai du Bien-Etre Ateliers / Formations Espace thérapeutique Café-Phyto		Physiodétox
Tai Chi Chuan	Le Quai Enchanté		Réflexologie
Reiki	Herboristerie	Elixirs floraux des Ardennes	Naturopathie

Martine Piccarelle
Rue de Bouillon, 3
6850 Paliseul
061 53 31 75 www.quai-enchante.be

Nature, Terre, 5 Sens

Produits naturels : H.E. - Fleurs de Bach
Complém. alimentaires - Plantes - Herbes
Infusions Bio - Soins du corps & maquillage Bio
Huiles & Elixirs de Cristaux - Lithothérapie.

Rue Jean Lenoir, 47 à 7332 Sirault
Ouvert du mercredi au samedi de 10 à 18h
065 46 09 20 - 0478 382 451



École de Qi Gong

Éléments de Médecine chinoise

QI GONG
Thérapeutiques

- * COURS Hebdomadaires
- * DEVELOPPEMENT Personnel
- * FORMATION de Professeurs

Praticien expérimenté
diplômé en
Médecine traditionnelle philosophique chinoise

NAMUR - BXL - LIÈGE - LA LOUVIÈRE

Ecole de Qi Gong Asbl
Chaussée de Louvain, 159
5000 Namur
Tél. : 081 22 11 63 - GSM : 0475 33 41 48
site: www.ecole-qi-gong.be

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

Flocris, les Chemins du Bien-Etre. 1030 BXL. 02 726 61 28 - 0496 47 59 93. info@flocris.be - www.flocris.be

[S][Lg] Jeu de la transformation. 27 au 28/11. Par un système de cartes miroirs, décoder nos atouts et nos faillies afin de trouver réponses à nos questions et attitudes de vie adéquates. **Dominique Besso**, lic. en sciences psychologiques et pédagogiques . 4500 HUY. 085 71 21 56 - 0478 781 888. info@dominiquebesso.be

Kinésiologie

[S][Bw] Brain Gym 1er partie. 9, 16, 23/11. 9h15-15h30. Destiné à tous, 1er cours de kinésiologie éducative. Vous apprenez les 26 mouvements de brain gym qui vous aide à améliorer vos performances. Institut Belge De Kinésiologie. 1330 RIXENSART. 02 652 26 86. ibk@ibk.be - www.ibk.be

[R][Ha] Cours de Brain Gym. 10/11. 14h-15h. Méthode qui propose des mouvements spécifiques pour améliorer les capacités d'apprentissage, qu'elles soient scolaires, sportives, linguistiques. **Patricia Blicq**, enseignante, consultante en Brain Gym. La Source. Salle privée. 6180 COURCELLES. 0473 974 320 - 071 357489. patricialasource@hotmail.com - www.patricialasource.com

[S][Ha] 3 en 1 (9) Childhood, sexuality and aging. 11 au 14/11. 9h30-18h. Décoder les schémas de sabotage autodestructifs et générationnels mis en place avant notre naissance. **Anne Ducé**, enseignante certifiée en 3 en 1 concept. L'Hêtre D'Or Asbl. 6000 CHARLEROI. 071 43 55 53. hetredor@skynet.be

[R][Bw] TFH 1 - Touch for Health 1. 12(18h30-21h30) au 14/11. 9h30-18h. Cours de base de kinésiologie. Test musculaire. Equilibrage énergétique. Gestion du stress & amélioration des performances. Institut Belge de Kinésiologie. 1330 RIXENSART. 02 652 26 86. ibk@ibk.be - www.ibk.be

[S][Ha] 3 en 1 Déni. 18/11. 9h30-18h. Dès notre plus jeune âge, nous avons appris à correspondre au comportement «correct» attendu par les autres et pour cela nous avons dû nous nier... **Cécile Hancart**, enseignante certifiée en 3 en

1 concept. L'Hêtre D'Or Asbl. 6000 CHARLEROI. 071/43.55.53. hetredor@skynet.be

[S][Bx] Touch for Health 2. 19 (19h-22h) au 21/11. La santé par le toucher niveau 2. Le Touch for Health allie l'énergétique chinoise (acupressure) et la science du mouvement des muscles (kinésio). Pré requis :niveau 1. **Nicolette Peyre**, instructrice Touch for Health. Ecole Du Mieux-Vivre. 1050 BXL. 02 649 49 68.

[R][Et] Initiation à la Kinésiologie. 20 au 27/11. 9h-17h. Apprendre à dialoguer avec le corps, à travers le test musculaire de précision. Etude des principaux méridiens et émotions associées. **Nicole Goossens**, kinésologue, Altha. Verveine Odyssee Am Schmetbesch - Novelia. L - 3872 SCHIFFLANGE. 00 352 621 292 211. secretariat@altha.lu - www.altha.lu

[S][Ha] TOT- Les outils du travail. 20au21/11. 9h30-18h. Introduction au «3 en 1»: outils de base, test musculaire de précision, baromètre du comportement, «défusion» de stress émotionnels, récession d'âge... **Cécile Hancart**, certifiée en One Brain. L'Hêtre d'Or Asbl. 6000 CHARLEROI. 071 43 55 53. hetredor@skynet.be

[F][Na] Edu-Kinésiologie : Brain Gym 1. 20 au 21/11. 9h30-18h. 26 mvts qui permettent d'élargir les capacités d'apprentissage. Ils améliorent la mémoire, la concentration, la lecture. Pour tous ! Educateurs, parents. **Marie-Anne Saive**, Instructrice Certifiée en Brain Gym. INKS. Ancienne Abbaye de Malonne. 5000 NAMUR. 010 84 14 98 - 0473 28 33 50. s.adant@skynet.be. Agréée chèques formations par la RW.

[S][Ha] Stress sans détresse. 24/11. 14h-17h30. Techniques pratiques et faciles de gestion du stress : utilisation du test musculaire de précision, des affirmations émotionnelles des méridiens. **Cécile Hancart**, instructrice en Kinésiologie. L'Hêtre D'Or Asbl. 6061 MONTIGNY-SUR-SAMBRE. 071 43 55 53. hetredor@skynet.be

[S][Bw] Kinésio du développement : réflexes de la petite enfance. 26(17h à 21h) au 28/11. 9h-18h. Vérification & expérience dans le corps des principaux réflexes du bébé ; préparation aux

mouvements complexes de la vie. Pré-requis : EduK 7 dimensions. IBK . 1330 RIXENSART. 02 652 26 86. ibk@ibk.be - www.ibk.be

[S][Ha] Touch for health 4. 29/11 et 6/12. 9h30-18h30. 42 tests debout, les émotions et les 5 éléments, faiblesses musculaires bilatérales, point Luo, théorie des points d'acupressure, révision TFH 1,2,3. **Cécile Hancart**, enseignante certifiée en Touch for health. L'Hêtre D'Or Asbl. 6061 MONTIGNY-SUR-SAMBRE. 071/43.55.53. hetredor@skynet.be

[S][Bx] Energie tibétaine. 2/12. 19h-22h. Mieux utiliser et gérer notre énergie grâce à l'approche tibétaine de l'énergétique, la circulation en 8. **Nicolette Peyre**, instructrice en touch for Health. Ecole Du Mieux-Vivre. 1050 BXL. 02 649 49 68.

[S][Ha] 3 en 1 Attitude. 2/12. 9h30-18h. Se libérer de devoir être performant, devoir être parfait car ces croyances vous empêchent d'être vraiment la personne « parfaite et performante ». **Cécile Hancart**, enseignante certifiée en 3 en 1 concept. L'Hêtre D'Or Asbl. 6061 MONTIGNY-SUR-SAMBRE. 071 43 55 53. hetredor@skynet.be

[F][Na] Cranio-sacré et kinésiologie. 2 au 6/12. 9h30-18h. Apprentissage d'une technique de toucher en douceur des structures osseuses du crâne, du sacrum, des fascias. Liens avec les lettres hébraïques. Pour tous. **Pierre-Jean Van Den Houdt**, kinésithérapeute, ostéopathe, instructeur certifié Touch For health et «3in1» Concepts. INKS. Ancienne Abbaye de Malonne. 5000 NAMUR. 010-84 14 98 - 0473 28 33 50. s.adant@skynet.be. Agréée chèques formations RW.

[S][Ha] Acceptation. 9/12. 9h30-18h. La meilleure recette pour une bonne relation avec soi-même et avec les autres ; excellente manière de développer des attitudes positives. **Cécile Hancart**, instructrice en 3 en 1. L'Hêtre D'Or Asbl. 6061 MONTIGNY-SUR-SAMBRE. 071 43 55 53 - 0498 576 490. hetredor@skynet.be

L'énergétique

[S][Bx] Libération du Coeur- Péricarde. 12/11, 17/11, 22/11, 30/11, 2/12 et 8/12. 14h30-19h. Nouveau

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

à Bxl ! Ostéo Bionerg Cellulaire. Libère, harmonise les zones de lésion émotionnelles dans le corps, reconnecte l'Énergie et le Mouvement de la Vie en nous. **Marie-Christine Parret**. Dolphin Reviv'L (diplômée par Montserrat Gascon, créatrice). 1180 BXL. 0499 176 795. dolphinrevival@skynet.be

[S][Bx] Un temps pour Soi - Soins Équilibrage Dolphin Énergie. 15/11, 24/11, 1/12 et 7/12. 14h30-19h. L'énergie des Dauphins et Baleines élève nos vibrations énergétiques, réveille notre Joie de vivre et notre paix intérieure. Venez découvrir ! **Marie-Christine Parret**. Dolphin Reviv'L. 1180 BXL. 0499 176 795. dolphinrevival@skynet.be - dolphin-revival.com

[S][Et] Ateliers Luminescence. 18 au 19/11 ou du 20 au 21/11. Eveil de la Conscience de l'Être et du corps à travers nos sens, écoute de soi, de nos émotions et intuitions. Lecture d'aura, bains de sons, yoga, respirations, méditations guidées, cours de cuisine énergétique, partage. **Isabelle Cangemi, Jany Tardif, Laurent De Vecchi**. Centre Luminescence. F-78380 PARIS. 0474 421 584.

La mort et l'au-delà

[S][Ha] Ces âmes restées parmi les vivants. 11/11, 12/11, 26/11, 8/12. Parfois, les âmes de nos proches, de nos aïeux restent collées à nous et nous épuisent car elles absorbent notre énergie, nous empêchant de nous réaliser. **Francine Paquet**. 6280 LOVERVAL. 071 47 22 34 - 0474 34 6 482. francine.paquet67@hotmail.com

Loisirs verts

[R][Na] Une heure avec Gaspard. 10/11. 14h-16h. Les mercredis. L'asino-thérapie permet de retrouver un lien social par la rencontre avec l'âne, lieu de retrouvailles avec sa créativité dans un respect mutuel. **Carmela Piccinino**, asino-thérapeute. Atelier Creacarta. La Grange à Papier. 5380 TILLIER FERNELMONT. 081 74 42 58 - 0474 50 90 93. info@lagrangeapapier.be - www.lagrangeapapier.be

Magnétisme

[S][Bx] Magnétisme, radiesthésie et géobiologie. 13/11, 4/12. 10h-17h. Formations et consultations. Techniques et pratiques du magnétisme et de la télépathie. Bilan énergétique sur le corps humain, les corps énergétiques et les chakras, recherche de personnes disparues, sourcier. **Denis Magnenaz**. I.r.e.e.v. Centre 58. 1180 BXL. 00 33 1 69 05 40 90.

[S][Ha] Le magnétisme au quotidien. 28/11. 9h30-18h. Apprendre aisément les bases simples du magnétisme, l'appliquer pour améliorer la qualité de son cadre de vie et booster son pouvoir d'achat. **Baudouin Labrique**. Retrouver Son Nord. 6140 FONTAINE-L'ÉVÈQUE. 071 84 70 71 - 0475 984 321. info@retrouversonord.be - www.retrouversonord.be

Massage pour Bébé & Femme enceinte

[F][Ha] Massage prénatal. 12/11, 19/11 ou 26/11. 9h30-16h30. Étudiez et découvrez une technique de massage douce et harmonieuse permettant d'accueillir au mieux maman et le petit être en devenir. **Ludo De Vriendt**, massothérapeute. Zen Garden. 7100 HAINE-ST-PIERRE. 064 26 06 00. info@zengarden.be - www.zengarden.be

Massages Thérapeutiques

[S][Bx] Massage sensitif belge : perfectionnement 2. 11 au 12/11. 10h-18h. Nouveaux mouvements orientés vers la fluidité, la souplesse et la mobilité du masseur. **Corinne Urbain**, gestalt thérapeute. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be

[F][Ha] Massage aux pierres chaudes. 11/11, 18/11 ou 25/11. 9h30-16h30. Étudiez de la meilleure façon qu'il soit un rituel de massage Hotstone abouti en disposant d'un support didactique complet et du matériel pro adéquat. **Ludo De Vriendt**, massothérapeute. Zen Garden. 7100 HAINE-ST-PIERRE. 064 26 06 00. info@zengarden.be - www.zengarden.be

[R][Bf] Formation en massage chamanique Atlante-Toltèque.

11 et 12/11. 10h-17h. Initiation en 2 jours à cette puissante technique ancestrale du Mexique en lien avec la Mère-Terre et le cosmos. Théorie, cosmogonie et pratiques. **Veronica Rivera**, massothérapeute & chaman. Kalpulli Ollin Tonantzin. 1630 LINKEBEEK. 02 361 81 56 - 0487 267 747. verito260871@yahoo.com.mx - www.ollintonantzin.com

[S][Et] Massage assis de tradition indienne. 12/11. 9h-17h. Massage accessible à tous, inspiré de l'Ayurvéda et du Shiatsu. **Sylvianne Herbeuval**, praticienne shiatsu et réflexologie plantaire. Altha. Verveine Odyssee Am Schmettbesch - Novelia. L-3872 SCHIFFFLANGE. 00 352 621 292 211. herbeuval.sylvianne@altha.lu - www.altha.lu

[S][Bx] Massage douceur du monde (corps). 12 au 14/11 et du 3 au 5/12. 6 jours. Enchaînement de mouvements, massage ayurvédique, digitopression, réflexologie. **Dominique Jacquemay**, diplômée en médecine chinoise. Centre de Formation en Arts Énergétiques. 1180 BXL. 02 347 36 60. www.massagedouceurdu-monde.com

[S][Bx] Journée d'initiation pour les femmes. 13/11. 10h-16h. Une journée par mois, entre femmes pour parler de son corps, du regard et de la nudité, aborder son intimité relationnelle, oser être femme. **Françoise Meus, Annie Selis**, praticiennes en massage, Le Parfum des Couleurs Asbl. 1160 BXL. 02 662 06 83 - 0478 968 981 - 0497 70 39 82. annie@leparfumdescouleurs.be - www.leparfumdescouleurs.be

[F][Bw] Massage Harmonisant. 13 et 26/11. Massage de relaxation, thérapeutique, décontractant et anti-stress. Formation complète et certifiée pour pratique familiale ou professionnelle. **Philippe Ferbuyt**, massothérapeute et formateur diplômé. Espace Serenité. 1410 WATERLOO. 02 384 23 50 - 0486 32 32 29.

[S][Bx] Massage sensitif belge Initiation relaxation coréenne. 14/11. 10h-17h. Méthode ludique où l'on apprend des mobilisations, vibrations, étirements, mises en mouvements progressifs de tout le corps vers une détente profonde. **Régis Verley**, gestalt thérapeute.

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Ff] Flandres [Et] Étranger

Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be - www.massage-sensitif-belge.be

[S][Bw] **Stage en massage Harmonisant.** 14 au 15/11. 10h-16h30. Massage de base du corps à l'huile. A la portée de tous. Repas découverte. Ambiance conviviale. Réduction pour couples. **Michel Van Breusegem.** Centre Prana. 1460 ITTRE. 0475 894 615. prana@pranacenter.eu - www.pranacenter.eu

[F][Ha] **Massage Amma sur chaise.** 15, 22 ou 29/11. 9h30-16h30. Formation professionnelle certifiée qui vous permettra d'étudier l'art du massage assis (Amma) en disposant d'un support didactique complet et abouti. **Ludo De Vriendt,** massothérapeute. Zen Garden. 7100 HAINE-SAINT-PIERRE. 064 26 06 00. info@zengarden.be - www.zengarden.be

[F][Ha] **Massage harmonisant.** 16, 23 ou 30/11. 9h30-16h30. Initiation en massage harmonisant ouverte à tous. Découvrez le plaisir et le bien-être liés au toucher en étudiant tous les mouvements de base. **Ludo De Vriendt,** massothérapeute. Zen Garden. 7100 HAINE-SAINT-PIERRE. 064 26 06 00. info@zengarden.be - www.zengarden.be



[S][Et] **Découvrez la Relaxation Coréenne.** 19 au 21/11. 19h-17h. Stage d'initiation. Tonique, douce, fluide et vibrant, la Relaxation Coréenne procure une détente et un lâcher-prise mental surprenants. **Patrick Defauw,** responsable des formations massage. L'Espace en Nous Asbl. Chez Gérard et Martine. F-60380 WAMBEZ.France. 0474 709 452. info@espace-en-nous.be - www.espace-en-nous.be

[S][Bw] **Approche du toucher au-delà de la technique.** 19/11 et du 26/11 au 3/12. 9h-17h. Ecoute du corps, écoute de l'Être, par le toucher en synergie avec les huiles essentielles. **Hilda Vaelen,** na-

turopathe Cenatho-Paris. L'Olivier Asbl. 1470 BAISY-THY. 067 773 290. smets.c@skynet.be

[S][Na] **Massage des pieds au bol Kansu.** 19/11 et 10/12. 9h30-16h30. Technique de profonde détente nerveuse, massage simple, accessible à tous. **Christine Petit.** Sur la Voie du Bien-Être. 5100 JAMBES. 0495 897 532. info@reiki-bienetre.be - www.reiki-bienetre.be

[S][Bw] **Le Toucher au-delà de la technique.** 19/11. 9h-17h. Secrets et vertus des massages relaxant, énergétique et harmonisant, alliant huiles essentielles, poudres et huiles à l'écoute du ressenti et du rythme. **Hilda Vaelen,** naturopathe, aromalogue. Terre Intérieure Asbl. L'Olivier asbl. 1470 BAISY-THY. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be

[S][Bx] **Massage sensitif belge : initiation.** 20 au 21/11. 10h-18h. Apprentissage des mouvements de base du massage sensitif belge et exploration de la communication par le toucher dans le respect. **Régis Verley, Corinne Urbain,** gestalt thérapeutes. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be - www.massage-sensitif-belge.be

[S][Lg] **Formation shiatsu HEH.** 20/11. 9h30-16h30. Répartie sur 4 ou 20 cours, samedis. Harmonisation des Energies Humaines. Massage Shiatsu : formation théorie & pratique : tête, dos, mains, pieds. **Bénédicte Morelle.** 4100 SERAING. 0479 826 761 - 04 235 71 27. benedicte.morelle@live.be

[S][Na] **Toucher & Massage Cénesthésic®.** 20 au 21/11. Stage d'initiation. La qualité du Toucher, chemin vers l'intériorité, rencontre avec soi, avec l'autre. **Thinh Hoang-Van,** fondateur de la méthode. Toucher & Massage Cenesthesis®. Humanescence. 5000 NAMUR. 02 346 47 50 - 0497 166 346. message.cenesthesis@skynet.be

[F][Lg] **Formation Massage Abhyanga.** 20 au 21/11. 10h-16h30. Abhyanga est le massage de base d'Ayurveda. Il rééquilibre le Prana, l'énergie, stimule muscles et peau, calme le stress, favorise digestion, élimination. **Michel Van Breusegem,** formateur massage indien. Vivance Asbl. . 4020

LIEGE. 04 227 73 31 - 0475 35 71 13. www.pranacenter.eu

[S][Bx] **Massage sensitif belge : initiation.** 25 au 26/11. 10h-18h. Apprentissage des mouvements de base du massage sensitif belge et exploration de la communication par le toucher dans le respect. **Régis Verley, Corinne Urbain,** gestalt thérapeutes. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be - www.massage-sensitif-belge.be

[S][Lg] **Mini-formation pour le massage au miel.** 25/11. 13h-17h. Le miel est un antibiotique naturel qui combat efficacement les troubles de l'organisme. Il permet au corps de se régénérer. **Fanou Renier,** coach mieux-être. 4000 LIÈGE. 0476 361 838.

[S][Bx] **Massage sensitif Belge: recyclage pétrissage.** 26/11. 20h-22h30. Soirée pour affiner la pratique du pétrissage. **Régis Verley,** gestalt thérapeute. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be

[R][Na] **Toucher & Massage Cé-nesthésic.** 26 au 28/11. 4ème stage de perfectionnement (cycle 3) et de formation professionnelle (cycle 4). **Thinh Hoang-Van,** fondateur de la méthode Toucher & Massage Cenesthesis®. 5380 FORVILLE. 02 346 47 50 - 0497 166 346. message.cenesthesis@skynet.be

[R][Bf] **Massage Métamorphique, libération de l'être.** 27 au 28/11. 18h-21h. Formation en massage des pieds, mains et crâne. Guérison profonde des blessures de l'être. Aussi idéal pour l'autisme, la dysphasie et syndrome de Down. **Veronica Rivera,** massothérapeute. . Kalpulli Ollin Tonantzin. 1630 LINKEBEEK. 02 361 81 56 - 0487 267 747. verito260871@yahoo.com.mx

[S][Bx] **Massage sensitif belge : perfectionnement 1.** 27 au 28/11. 10h-18h. Orienté vers la respiration, la relaxation par le souffle et l'apprentissage de nouveaux mouvements. **Corinne Urbain,** formatrice. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be

[S][Bx] **Massage sensitif belge : perfectionnement 3.** 27 au 28/11.

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Ff] Flandres [Et] Etranger

10h-18h. Nouveaux mouvements orientés vers l'écoute du massé, l'intuition et la qualité de présence du masseur. **Régis Verley, Corinne Urbain**, gestalt thérapeutes. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be

[S][Bx] Massage sensitif belge : perfectionnement 1. 2 au 3/12. 10h-18h. Orienté vers la respiration, la relaxation par le souffle et apprentissage de nouveaux mouvements. **Corinne Urbain**, formatrice. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be

[S][Et] Massage Sensitif Camilli®. 4 au 5/12. 9h30-12h30. Ma vie et le toucher : week-end de dvpt. personnel et thérapie. Notre histoire de vie nous permet de comprendre notre rapport au toucher. **Patrick Lennertz**, formateur - psychothérapeute. Institut de formation au Massage Sensitif Camilli®. Centre de Massage Sensitif. F-59000 LILLE. 0475 68 10 13. patricklennertz@hotmail.com - www.touchercoeur.com

[S][Bw] Formation Massage Ayurvédique des Pieds au Bol Kansu. 4/12. 9h30-12h30. Puissante technique de détente nerveuse - massage simple, praticable par tous. **Claire Bathiard**. Atlantide Asbl. 1380 LASNE. 02 633 12 66. info@atlantideasbl.org

[S][Bf] Massage Initiatique® : atelier-découverte. 4/12. 10h-13h. Pour découvrir ce chemin d'ouverture du cœur et de guérison des blessures profondes de l'Être par un massage spécifique de nos 4 niveaux de conscience. **Philippe Mouchet**, thérapeute et formateur. Centre Ressources . 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37 - 0475 472 790. info@ressourcements.be - www.ressourcements.be

[S][Lg] Massage Sensitif Camilli®. 5/12. 9h30-17h30. Formation aux bases du massage, dvpt. personnel, relaxation. Ambiance conviviale. Accessible à tous avec ou ss expérience. **Sandrine Meunier**, formatrice - psychothérapeute. Institut de Formation au Massage Sensitif Camilli®. La Source Sauvage. 4900 SPA. 0474 465 544. sandrine@lesoufflelibre.be - www.le.soufflelibre.be

[S][Bw] Stage en massage crânien ou des pieds Kansu. 5/12.

Massages de tradition indienne, à la portée de tous. Apporte détente et diminue le stress. A proposer en famille ou à titre professionnel. **Michel Van Breusegem**. Centre Prana. 1460 ITTRE. 0475 894 615. prana@pranacenter.eu - www.pranacenter.eu

[S][Bw] Formation en Massage des Mains. 8/12. Massage de détente facile à donner et à recevoir. Idéal pour détendre et déstresser les enfants, personnes âgées ou handicapées. A la portée de tous. **Michel Van Breusegem**. Centre Prana ou Sapna (Gembloux). 1460 ITTRE. 0475 894 615. prana@pranacenter.eu - www.pranacenter.eu

[S][Bx] Massage sensitif Belge: recyclage pétrissage. 9/12. 20h-22h30. Soirée pour affiner la pratique du pétrissage. **Régis Verley**, gestalt thérapeute. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be

[S][Bx] Massage sensitif belge : perfectionnement 3. 9 au 10/12. 10h-18h. Nouveaux mouvements orientés vers l'écoute du massé, l'intuition et la qualité de présence du masseur. **Régis Verley**, gestalt thérapeute. Ecole de Massage Sensitif Belge. Salle Danaé. 1050 BXL. 02 644 07 48. emsb@skynet.be



Therape Thai Massage
 Thierry Biemlant
 0478 473 696 313
 Le massage thaï est un massage
 www.therape-thai-massage.be
 Traitement & cours à 34 et 68 ans Wallon.

Médecine chinoise

[F][Na] Formation massage chinois. 13 au 14/11. 9h-17h. Massage de détente et thérapeutique, sur 2 ans 10w-e/an. Dossier sur demande. **Dimitri Jafer**, praticien en tui na, acupuncteur, prof tai chi et qi gong. Tian Long Institut. 5190 JEMEPPE-SUR-SAMBRE. 0489 397 988. tianlonginstitut@hotmail.fr - tianlonginstitut.be

Médecines Alternatives

[S][Bf] Initiation au savoir Atlante-Nahuatl. 13 au 14/11. 9h-17h.

Teopatl : art de la médecine sacrée ancestrale. Le calendrier aztèque enseigné par le guérisseur. Cosmogonie harmonique et soins avec les 4 éléments. **Don Acampixtl**, guide spirituel & chaman. Kalpulli Ollin Tonantzin. 1630 LINKEBEEK. 02 361 81 56. www.ollintonantzin.com

Méditation

[R][Bw] Méditation. 11/11. 20h-21h30. Tous les jeudis soir, méditation assise. **Françoise Egleme**. Le Dojo d'Asmadé. 1340 OTTIGNIES. 010 40 21 32 - 0475 987 995. asmade@skynet.be

[S][Bw] MeditaSons. 11/11. 19h45-21h30. Méditation et sons pour trouver sa voie intérieure. Exprimer sa voix par les sons et ressentir les vibrations de la vie en soi. **Maricé Niset**, psychologue. 1380 LASNE. 0478 567 136.

[R][Lg] Méditation Vipassana Liège. 12/11 au 3/12. 20h-21h30. Un vendredi sur 2. Soirée de méditation Vipassana avec instructions. S'adresse à tous, débutants et expérimentés. **Christine Vieujean**, animatrice, **Marie-Cécile Forget**, enseignante de méditation. Dhamma Group. 4000 LIÈGE. 0498 192 621. christinevieujean@hotmail.com

[R][Bx] Méditation Vipassana BXL. 15/11 au 7/12. 20h-21h30. Tous les lundis et mardis, sauf fériés. Soirées de méditation Vipassana tradition bouddhisme thérapie. Avec instructions. Ouvert à tous. **Marie-Cécile Forget**, enseignante de méditation. Dhamma Group. Vipassana Montgomey. 1040 BXL. 0474 590 021. info@dhammagroupprussels.be

[R][Bw] Méditation zen. 16/11. 18h45-20h30. Chaque mardi. Soumis aux pressions de la vie moderne et au stress, nous avons bien du mal à trouver notre équilibre. Le Zen nous aide à y parvenir. **Marc Cladas**. Dojo Zen de Wavre. 1300 WAVRE. 010 24 27 24 - 0475 241 140. dojo.zen.wavre@skynet.be

[R][Na] Méditation Vipassana Rivière. 18/11. 20h-21h30. Tous les jeudis sauf jours fériés. Soirées de méditation Vipassana avec instructions. Tradition Bouddhisme thérapie. Ouvert à tous. **Marie-Cécile Forget**, enseignante de

méditation, **Xavier Heindrichs**, animateur. Dhamma Group. Centre de méditation Dhammaramsi. 5170 RIVIÈRE. 0472 683 918. info@dhammagroupprussels.be

[R][Ha] Méditation aux Nouveaux et Pleines Lunes. 21/11. 20h-22h. Rendez-vous mensuels, à la nouvelle lune, nous définissons nos objectifs du cycle. A la pleine lune, l'énergie favorise l'acuité mentale et le regard sur nos contenus. Pratiques méditatives de purification, sons, silence, réflexions, symbolique, aspects astrologiques. Ouvert à tous. **Laurent De Vecchi**, prof de yoga. Centre Luminescence. 6223 WAGNELÉE. 0474 42 15 84. info@luminescence.be - www.luminescence.be

[S][Bw] Plaine Lune, méditation et chants de mantras à la Mère Divine. 21/11. 19h30-21h30. Se laisser porter par le son et la vibration du chant du mantra, dans l'énergie de la Plaine Lune, et les bras de la Mère Divine. Arati et prasad. **Gwendoline De Wolffs**, certifiée STS. Manolaya. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 02 660 67 71. gwendoline_13@hotmail.com - www.mamita.be



**La Méditation facile...
introduction gratuite**

Tél.: 02 463 38 27
brussels@be.bkwsu.org
www.bkwsu.org/belgium
www.bkwsu.org - www.just-a-minute.org

BRAHMA KUMARIS
A.S.B.L.

[R][Lg] Méditation et cercle de guérison. 25/11, 9/12. 20h-21h30. Tous les 15 jours. Redécouvrir le chemin vers soi. Se recréer dans tous les possibles en développant la vision intérieure. Espace de partage. **Nathalie Grosjean**, psychologue énergétique. Espace de Ressourcement. 4000 LIÈGE. 0486 640 943. mentalea@skynet.be

[S][Na] Week-end Vipassana. 26(soir) au 28/11. W.E. intensif de méditation selon la tradition de Mahasi Sayadaw de Birmanie. Ouvert à tous. **Marie-Cécile Forget**, enseignante de méditation. Dhamma Group. Centre Dhammaramsi. 5170 RIVIÈRE. 0474 590 021. info@dhammagroupprussels.be

[S][Bx] Altitude sons, mantras et méditation. 28/11. 10h-12h. Retrouver la vibration initiale du mantra et le restituer dans sa

pureté originelle. Namah japa et silence. **Gwendoline De Wolffs**, certif. sons thérapeutiques et sacrés. Mamita. 1170 BXL. 02 660 67 71. gwendoline_13@hotmail.com - www.mamita.be

[R][Bx] Cercle de Lumière et de Fraternité. 29/11. 20h-21h30. Un lundi soir par mois, nous retrouver pour intensifier notre flamme, partager la lumière, méditer pour nous-mêmes, nos proches et la Terre... **Eva Van Den Broeck**, enseignante et praticienne en harmonisations énergétiques. The Bridge of Singing Light. 1190 BXL. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

[S][Bw] Méditation Couleurs et Sons. 2/12. 19h45. Rencontrer le cœur de votre être, le cœur de vos cellules par la méditation et l'énergie vibratoire des couleurs et des sons guérisseurs. **Anne Flo Vanden Perre**. 1440 BRAINE-LE-CHÂTEAU. 0495 321 122. www.vivre-en-conscience.eu

[S][Ha] Méditation : l'alchimie du cœur. 2/12. 19h30-21h30. Laissez la composition totale des couleurs et des sons libérer votre cœur et s'ouvrir à l'alchimie de votre conscience. **Rita Helsen**. Darshan. 7500 TOURNAI. 069 35 34 99. info@ledarshan.be - www.ledarshan.be

[R][Bw] Méditation Osho du dimanche. 5/12. 9h30-11h30. Séance tous les 1er dim. Vivre le son, le souffle, le mouvement pour glisser vers un silence de qualité. **Roselyne Collart**. Centre Arbre de Vie. 1300 WAVRE. 0475 919 231. roselyne.collart@scarlet.be

[R][Bw] Méditation: conscience et présence. 9/12. 20h-21h45. Pratiques guidées de respiration, purification, guérison, concentration, contemplation, présence. **Nadine Godichal**, accompagnatrice. Espace Présence Scs. 1400 NIVELLES. 067 21 74 36. info@espacepresence.be

**Méthode de Libération
des Cuirasses - MLC**

[S][Bw] MLC et Plan de Santé. 13/11. 9h30-12h30. Le plan de santé est un outil important de la MLC. Quels en sont les éléments? Comment l'utiliser pour prendre soin de vous? **Agnès Kirsch**, praticienne MLC et IT, lic. en kinésithérapie, soins énergétiques.

Maison commune Hepsilone (Bruyères). 1348 LLN. 0472 396 925. info@alarencontredesoil.be

[R][Na] Méthode de libération des cuirasses. 18/11 au 16/12. 20h-21h. Tous les jeudis. La MLC est une approche psychocorporelle qui vise à la libération des tensions musculaires et émotionnelles. **Nathalie Totin**, praticienne MLC. La Grange à Papier. 5380 TILLIER FERNELMONT. 081 83 50 83 - 0473 66 39 89. nathalie.totin@skynet.be - www.lagrangeapapier.be

[S][Bx] La cuirasse parentale. 22/11. 19h45-21h15. Atelier d'exploration MLC. **France-Angélique Guldix**. 1150 BXL. 0479 505 184. france.guldix@skynet.be

[S][Bx] La cuirasse de protection. 29/11. 19h45-21h15. Atelier d'exploration MLC. **France-Angélique Guldix**. 1150 Brux BXL. 0479 505 184. france.guldix@skynet.be

[S][Bx] La cuirasse du mal aimé. 3/12. 19h45-21h15. Atelier d'exploration MLC. **France-Angélique Guldix**. 1150 Brux BXL. 0479 505 184. france.guldix@skynet.be

Méthode E.S.P.E.R.E.

[S][Ha] Heureux qui communiquent. 10/11, 7/12. 19h30-22h. La communication relationnelle propose des outils simples pour dénouer les enjeux des relations présentes et passées. **Animatrices en Communication Relationnelle**. Oasis Relationnel Asbl. Ferme des Aulnes. 7760 ESCANAFLES. 0472 523 827 - 0479 201 322. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

[S][Lg] Heureux qui communiquent. 12/11 et 19/11. 20h-22h. La communication relationnelle propose des outils simples pour dénouer les enjeux des relations présentes et passées. **Animatrices en Communication Relationnelle**. Oasis Relationnel Asbl. Espace et ressourcement. 4000 LIÈGE. 0478 878 799 - 02 374 42 73. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

[S][Bx] Heureux qui communiquent. 21/11. 14h-17h. La communication relationnelle propose des outils simples pour dénouer les enjeux des relations présentes et passées. **Animatrices en Com-**

[S] Stages/ateliers **[R]** Cours Réguliers **[F]** Formations

[Bx] Bruxelles **[Bw]** Brabant wallon **[Lg]** Liège **[Ha]** Hainaut **[Na]** Namur/Luxembourg **[Bt]** Brabant flamand **[Fi]** Flandres **[Et]** Etranger

munication Relationnelle. Oasis Relationnel Asbl. 1170 BXL. 0495 462 994. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

[S][Bx] Heureux qui communique. 26/11. 9h30-12h30. La communication relationnelle propose des outils simples pour dénouer les enjeux des relations présentes et passées. **Animatrices en Communication Relationnelle.** Oasis Relationnel Asbl. 1170 BXL. 0495 462 994. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

[S][Bw] Heureux qui communique. 28/11. 9h30-13h. La communication relationnelle propose des outils simples pour dénouer les enjeux des relations présentes et passées : atelier découverte + 4 matinées. **Animatrices en Communication Relationnelle.** Oasis Relationnel Asbl. 1300 WAVRE. 010 86 18 01 - 0496 52 38 27. info@oasis-relationnel.be - www.oasis-relationnel.be

Méthode Feldenkrais

[S][Bx] Développer son intelligence corporelle. 20/11. Thème : espace de respiration. **Ozan Aksoyek.** Espaceo. 1050 BXL. 0476 808 887. ozan.aksoyek@gmail.com - www.interstices.be

Méthode Gordon

[S][Bx] La méthode Gordon. 22/11, 6/12, 20/12, 10/1 et 24/1. 9h30-16h30. Vers l'amélioration des relations professionnelles, familiales et amicales en favorisant l'estime et le respect mutuel. **Nele Lavachery,** formatrice en communication, méthode Gordon. Ligue de L'Enseignement et de L'Education Permanente. 1000 BXL. 02 511 25 87. formation@ligue-enseignement.be - www.ligue-enseignement.be

Méthode Silva®

[S][Bx] La méthode Silva. 19 au 21/11. 9h-18h. Stratégies de réussite et de bonheur au quotidien. Self Coaching, gestion du stress et dynamisme mentale positive. Prendre vraiment sa vie en mains ! **Christine Denis,** formatrice certifiée et coach. Alpha et Omega Asbl. Maison du Chant d'oiseau. 1150 BXL. 0478 912 122 - 071 87 50 32. alpha.omega@scarlet.be

Méthode Trager

[F][Lg] Formation: méthode Trager. 8/11 au 14/11. 10h-17h. Approche psychocorporelle caractérisée par une qualité du toucher et des mouvements subtils, ondulatoires et sécurisants pour le corps et l'esprit. **Jean-Louis Marie,** instructeur Trager (FR). Madeleine Timmermans. 4500 STRÉE (rég. de HUY). 0479 50 10 35 - 0475 94 26 33.

[S][Lg] Journée de sensibilisation de la méthode Trager. 11/11. 10h-17h. Faire l'expérience d'une meilleure façon de ressentir, de connaître et de mouvoir son corps à travers un toucher doux et respectueux. **Jean-Louis Marie,** instructeur Trager. Madeleine Timmermans. 4500 STRÉE. 0479 50 10 35 - 0479 84 63 29 - 0475 94 26 33.

Méthodes Naturelles de Santé

[S][Bw] Vivre la ménopause dans la plénitude. 29/11. 9h-16h30. S'aider par une approche naturelle, des compléments et des hormones naturelles. Gestion des désagréments liés à la ménopause. **Hilda Vaelen,** naturopathe Cenatho-Paris. L'Olivier Asbl. 1470 BAISY-THY. 067 773 290. smeets.c@skynet.be

[S][Bx] Les bains dérivatifs. 30/11. 19h-22h. Utilisation de la fraîcheur pour régénérer le corps, l'énergie, réguler son volume. Maison ND du chant d'oiseaux. 1150 BXL. 0477 485 579. nicole.jadot@skynet.be

Méthodes Psycho-corporelles & énergétiques

[S][Bx] Serez-vous prêts pour 2012 ? 21/11. 9h30-18h30. Techniques simples et puissantes du 3ème millénaire, alliant verticalité physique et spirituelle. Marche arrière, marche en 8 et jumping Yoga. **Christian Grollé,** pratiquant international du rétro mouvement. Diane Hubesch. Centre Wolubilis. 1150 BXL. 02 347.29.35 - 0495 76 44 48.

Musicothérapie & Travail avec les sons

[S][Bw] Initiation à la harpe et au chant. 14/11, 16/11 et 23/11, 7/12.

Soit 2 mardis par mois de 19h45 à 21h30, soit un dimanche par mois de 10h à 13h. Une approche en musicothérapie pour poser sa voix et s'initier à la harpe (apprentissage simple et progressif du solfège) avec le plaisir de jouer une pièce à 2 mains après une 1ère séance. **Katia Van Loo,** professeur. La Maison des Notes Asbl. 1490 COURT-SAINT-ETIENNE. 010 61 76 04. katiavanloo@yahoo.fr

[S][Bx] Concert-méditation. 21/11. 15h. Les Sons de cristal enveloppent et purifient les corps, procurent détente & plénitude physique, émotionnel et mentale. **Katalina Haniel,** art-thérapeute. 1081 BXL. 0498 106 817. www.haniel.serapis-art.com. Place limitée, sur réservation

Naturopathie

[S][Lux] La Ménopause, âge d'or de la Femme. 6/12. 9h-16h30. Comment gérer par une approche naturelle les désagréments de la femme pré ménopausée : bouffées de chaleur, fatigue, état dépressif, ostéoporose... **Hilda Vaelen,** naturopathe, aromatologue. Terre Intérieure Asbl. 6940 DURBUY. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be



Centre de médecines naturelles
Bd Martin 16 1340 Ottignies

Consult. naturopathiques - acupuncture
réflexologie - physioScan - Homéopathie
www.centheal.com - Rdv 0484 615 333

Numérogie

[S][Bf] Numérogie tibétaine. 26/11. 9h30-12h30. Transmission de ce merveilleux outil de développement de la conscience, pour trouver le Sens de votre Vie et dépasser les blocages éventuels. A l'issue de l'atelier, vous serez en mesure de réaliser un thème complet. **Christine Neve, Christina Jekey,** énergéticiennes. 1640 RHODE-SAINT-GENESE (près Uccle et Waterloo) 0475 463 168 - 0476 544 800. christine_neve@yahoo.com

Nutrithérapie

[R][Et] Nutrition Niveau 1. 13/11, 20/11, 4/12 et 15/1. 9h-17h. La qualité de la vie passe par la qualité de la nourriture. Nous ap-

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Ff] Flandres [Et] Etranger

prendrons les fondements d'une alimentation saine. **Caroline Bertrume**, naturopathe. Altha. Am Schmettbesch-Novelia-Maisons de Soins. 3872 SCHIFFLANGE. Luxembourg. 00 352 621 292 211. secretariat@altha.lu - www.altha.lu

Olfactothérapie

[S][Bw] **Les Quantiques**. 27 au 28/11. 9h-17h. A la découverte des synergies d'huiles essentielles, afin d'harmoniser notre équilibre intérieur en réveillant en nous des aspects inconscients. **Hilda Vaelen**, naturopathe, aromatologue. Terre Intérieure Asbl. L'Olivier asbl. 1470 BAISY-THY. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be

Peinture & Enduits Naturels

[S][Bf] **Peinture à la chaux**. 19/11. 9h30-12h30. Cours théorique, mise en application des différentes techniques de peinture à la chaux, conseils pratiques, syllabus. **Hilde Killens**. Spatio. 1600 SINT-PIETERS-LEEUEW. 02 378 25 28. spatio@skynet.be - www.spatio.biodeco.be

[S][Bf] **Construction et isolation en chaux/chanvre**. 20/11. 9h30-16h30. Cours théorique, préparation des supports, mise en application des différentes techniques de peinture à la chaux. Conseils pratiques, syllabus... **Hilde Killens**. Spatio. 1600 SINT-PIETERS-LEEUEW. 02 378 25 28. spatio@skynet.be - www.spatio.biodeco.be

Présence à soi

[S][Bw] **Journée sur l'instant présent et la joie**. 20/11. Exercices de sophro, respiration, méditation, pour nous ramener vers nos qualités de cœur. **Nicole Couvreur-Vanbelle**. 1370 JODOIGNE. 0472 878 304. nicole-vbc@yahoo.fr

[S][Bf] **Pratiques de centrage et méditation**. 22/11. 19h-21h. S'ancrer au quotidien pour renforcer sa sécurité intérieure par la méditation, des pratiques énergétiques et psycho-corporelles. **Joëlle Thirionet**, thérapeute psycho-corporelle. Centre Ressources Asbl. 3090 OVERIJSE. 02 657

65 37 - 0475 935 039. info@ressourcements.be

Programmation Neuro-Linguistique : PNL

[F][Bw] **Formation de formateur**. 26 au 28/11, du 21 au 23/1 et du 24 au 27/3. 9h30-18h. Parcours qualifiant de formation de formateurs d'une durée de dix jours répartis en trois modules en alternance avec la conduite d'un «chantier école» **Jeanick Pignol**, formateur PNL. Institut Ressources. Ferme de Froimont. 1330 RIXENSART. 02 633 37 82. mail@ressources.be - www.ressources.be

Psychologie Corporelle Intégrative (PCI)

[S][Bw] **Atelier découverte de la PCI**. 26 au 27/11. Synthèse de plusieurs approches psychologiques, la PCI est un travail avec la respiration, le mouvement, les frontières et la présence, pour développer le sentiment d'être vivant. **Thérapeutes certifiés**. Ipci Belgique. 1457 WALHAIN-SAINT-PAUL. 0478 027 724. info@ipci.be - www.ipci.be

Formation en Psychologie Corporelle Intégrative

1^{ère} session : 4 -8 fév. 2011

Formation personnelle :
5 sessions - Formation prof. :
7 sessions en plus.

Soirée d'info
le 17/11 à 19h30

Carpe Diem
à Vieuxart

www.ipci.be

info@ipci.be

0478 027 724



Psychologie Transgénérationnelle

[R][Na] **Tarot, psychogénéalogie et développement personnel**. 20/11 et 27/11. 9h-17h. Le tarot parle de vous et de votre famille. Il aide à mieux vous connaître et vous comprendre au regard des liens du clan. **Vincent Beckers**. Un autre Regard. 5004 BOUGE. 081 20 09 41. info@cours-de-tarot.net

Psychothérapies

[S][Bw] **Le syndrome dépressif et la thérapie d'activation comportementale**. 7, 21 et 28/11. 9h-16h. Cycle de formation en thérapie d'activation comportementale. Présentation théorique et pratique. **Monica Mosteanu**, psychothérapeute. Centheal Sprl. 1340 OTTIGNIES. 0484 615.333. info@centheal.com - www.centheal.com

[S][Bw] **Se libérer rapidement de ce qui nous fait souffrir**. 28/11. 14h-17h. Découverte d'un outil efficace pour résoudre une problématique prenant sa source dans le vécu familial (Dynamiques Familiales Intégratives). **Anne De Vreught**, psychothérapeute. Retrouver Son Nord. La Grange. 1401 BAULERS (NIVELLES). 0477 537 197. anne.de.vreught@skynet.be - www.retrouverson-nord.be

Pyschanalyse corporelle

[S][Ha] **Session de psychanalyse corporelle**. 26 au 30/11. 8h30-18h. Session de 3 ou 5 jours. Revivre son passé par le corps sans interprétation. Se réconcilier avec son histoire et sa famille pour améliorer son présent. **Catherine Berte**, docteur en sciences, psychanalyste corporelle. Salle de psychanalyse corporelle. 7951 TONGRE-NOTRE-DAME. 0494 446351. catherineberte@swing.be

Qi-Gong

[R][Na] **Energétique Taoïste pour la femme**. 10/11 au 8/12. 19h30-21h. Tous les mercredis soirs. Alchimie de Soi. Pratique Qi gong pour l'harmonie des émotions de la femme de lune en lune et à tout âge - équilibre hormonal. **Marion Deforge**, thérapie corporelle Holo Énergétique. Ferme de Vevy Wéron. 5100 WÉPION. 0476 716 092. www.allianceau-corps.net

[R][Bw] **Qi Gong à Jodoigne**. 11/11. 18h45-19h45. Les jeudis. Apprendre à maîtriser le souffle pour un épanouissement intérieur. Exercices pour harmoniser le corps et le mental. **Gitta Hulik**, naturopathe - aromathérapeute - praticienne de Qi Gong. La Voie Du Shangri-La. Centre Santosha.

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [F] Flandres [Et] Etranger

1370 JODOIGNE. 0479 278 923. gittahulik@lavoiedushangrila.be

[R][Bx] Qi gong - quartier botanique. 11/11. Les jeudis soir de 18h à 19h30 et de 20h à 21h30. Harmoniser son énergie par des exercices doux et puissants. Souffle, présence, détente. **Pauline Lequeux**, diplômée ITEQG. Voie de L'Être. Centre Rosocha. 1210 BXL. 0473 820 848. lequeuxpauline@skynet.be

[R][Bw] Qi gong et gymnastique taoïste. 11/11, 18/11, 25/11, 2/12 et 9/12. 14h-15h. Les jeudis. Pratiques énergétiques de transformation du souffle et circulation du Qi à travers les méridiens. **Joëlle Le Vourch**, professeur. Académie Siming Limal. Salle des Arts Martiaux - Hall sportif. 1300 LIMAL. 071 88 70 41. joelle.levourch@gmail.com

[R][Na] Qi Gong au Coeur du Tao. 11/11 et 15/11. Tous les lundis soir et jeudis matin. Cultiver la conscience de l'énergie par le mouvement, la respiration et la méditation. **Marion Delforge**, thérapie corporelle holo énergétique. Alliance au Corps. 5560 MESNIL EGLISE. 0476 716 092. www.allianceaucorps.net

[R][Bx] Shi er fa - dao yin de Maître Zhang Guangde. 12h30-13h30. Mouvements d'équilibre pour les organes internes et pour retrouver la circulation énergétique du corps. **Thesy De Keukelaere**, professeur. Life Care Centre Asbl. 1060 BXL. 02 649 62 37. they@lifecarecentre.be

[S][Bx] Hwu qin xi - Qi Gong des 5 animaux. 13 au 14/11. 9h-17h. Stage exceptionnel de Qi Gong de la santé avec la délégation Chinoise du Health Qi Gong composée de 3 maîtres : **Miao Fusheng, He Qichun, Thesy De Keukelaere**. Life Care Centre. 1050 BXL. 02 649 62 37. they@lifecarecentre.be

[R][Lg] Qi gong. 15/11. 10h-11h15. Tous les lundis. La danse de l'énergie. Un art de vivre en harmonie avec les lois de l'univers. **Geneviève Gustin**, professeur. L'ÉlémentTerre Asbl. 4601 ARGENTEAU. 04 379 53 58. welcome@lelementterre.be - www.lelementterre.be

[S][Bx] Ba duan jin-wu qin xiliu zi jue-yi jin jing. 15 au 19/11. 9h-17h. Semaine exceptionnelle

de Qi Gong de la Santé avec la délégation chinoise du Health Qi Gong, composée de 3 Maîtres : **Miao Fusheng, Qin Zilai, Thesy De Keukelaere**. Life Care Centre. 1060 BXL. 02 649 62 37. they@lifecarecentre.be

[R][Bw] Qi Gong Waterloo. 15/11. 19h30-21h. Le lundi. Équilibre et harmonise les énergies dans l'union corps/esprit. Enracinement, concentration, souplesse. **Pauline Lequeux**, professeur diplômée ITEQG. Voie de l'Être. Centre Bodymindwellness. 1410 WATERLOO. 0473 82 08 48. lequeuxpauline@skynet.be

[R][Bx] Jing duan jin - dao yin des 49 mouvements. 19h-20h. Renforcer l'énergie vitale, assouplir le corps et étirer les méridiens et nourrir le sang. **Pierre De Keukelaere**, professeur. Life Care Centre Asbl. 1060 BXL. 02 649 62 37. they@lifecarecentre.be

[R][Bx] Da cheng chuan. 15/11. 10h-11h. Tous les lundis et jeudis. Augmente votre énergie pour apprendre la maîtrise et l'équilibre de votre calme intérieur. Dynamise la force qui est en vous. **Thesy De Keukelaere**, professeur. Life Care Centre Asbl. 1060 BXL. 02 649 62 37. they@lifecarecentre.be

[R][Lg] Qi Gong à Hannut. 16/11. 20h-21h. Les mardis. Apprendre à maîtriser le souffle pour un épanouissement intérieur. Exercices pour harmoniser le corps et le mental. **Gitta Hulik**, naturopathe, praticienne de Qi Gong. La Voie Du Shangri-La. Ecole Maternelle Notre Dame. 4280 HANNUT. 0479 278 923. gittahulik@lavoiedushangrila.be

[R][Lg] Qi Gong à Liège. 16/11. 18h30-20h30. Chaque mardi soir. Exercices de base de Qi Gong thérapeutique. **Marie Hélène Bertrand**, professeur de Qi Gong. Espace Delvaux. 4030 GRIVEGNEE. 081 22 11 63 - 0475 334 148.

[R][Bx] Qi Gong méditatif. 12/11. 18h-19h. Tous les mardis et vendredis. Retourner à la source du corps et de l'esprit, en pratiquant des mouvements lents en position de Lotus. **Thesy De Keukelaere**, professeur. Life Care Centre Asbl. 1060 BXL. 02 649 62 37. they@lifecarecentre.be

[R][Bx] Wu qin xi - Qi gong des 5 animaux. 16/11. 11h15-12h15.

Tous les mardi. Qi Gong imitant les actions des animaux afin de stimuler les fonctions de nos 5 organes principaux : foie, reins, rate, cœur et poum. **Thesy De Keukelaere**, professeur. Life Care Centre Asbl. 1060 BXL. 02 649 62 37. they@lifecarecentre.be

[R][Bx] Qi gong à BXL. 17/11. 18h-20h. Chaque mercredi soir. Exercices de base de Qi Gong thérapeutique. **Marcel Delcroix**, sinobiologue, **Sara Visée**, professeur de Qi Gong. Centre Crousse. 1150 BXL. 081 22 11 63 - 0475 334 148.

[R][Na] Qi Gong à Namur. 18/11. Les jeudis de 18 à 19h et 19 à 20h et le mardi soir de 18h à 20h. Exercices de base de Qi Gong thérapeutique. **Marcel Delcroix**, sinobiologue. Ecole de Qi Gong Asbl. 5000 NAMUR. 0475 334 148 - 081 22 11 63.

[S][Bx] Ba duan jin et passage des duan. 20 au 21/11. 9h-17h. Week-end exceptionnel de Qi Gong de la santé avec la délégation chinoise du Health Qi Gong, composée de trois maîtres chinois. **Miao Fusheng, Liu Xuedong**, maîtres, **Thesy De Keukelaere**, professeur. Life Care Centre Asbl. 1050 BXL. 02/649 62 37. they@lifecarecentre.be

[S][Lg] Stage de qi gong. 20/11. 14h-18h. Qi gong des 4 animaux divins (tortue, dragon, licorne, phénix) agit sur les méridiens et les différents organes et active la circulation énergétique. **Jean-Jacques Hanssen**, membre du collège des enseignants de l'ITEQG. La Recherche Du Tao. Salle du judo Sprimont Judo Team. 4140 SPRIMONT. 080 78 61 50. secretaariat@larecherchedutao.com - www.larecherchedutao.com

[F][Bx] Qi Gong, cours de médecine chinoise. 21/11. 9h-17h30. Cours de formation en Qi Gong thérapeutique et en philosophie traditionnelle chinoise pour débutants. Se donne chaque mois. **Marcel Delcroix**, sinobiologue. Ecole de Qi Gong Asbl. Centre Com. du Chant d'Oiseau. 1150 BXL. 081 22 11 63 - 0475 334 148. www.ecole-qigong.be

[S][Bx] Cours de Tao. 27/11 au 28/1. Fini le burn-out, fusion des 5 éléments. **Carsten Dohnke**. Chinese Centre. 1040 BXL. 0474 269 862. info@chinesscen-

tre.be - www.chinesscentre.be

Radiesthésie

[S][Bx] Radiesthésie et géobiologie. 13/11, 4/12. 10h-17h. Formations et consultations. Radiesthésie : bilan énergétique sur le corps humain, les corps énergétiques et les chakras, recherche de personnes disparues, sourcier. **Denis Magnenaz**, magnétiseur, géobiologue et radiesthésiste. Ireev. Centre 58. 1180 BXL. 00 33 1 69 05 40 90.

Réflexologie

[S][Bx] Réflexologie. 13 au 14/11. Formation brève intensive certifiée de praticien(ne) - réflexothérapeute (massage réflexes pieds + mains + tête). Méthode Corman. Initiation en 1 We + perfectionnement. **Nelly Corman**, massothérapeute. Atelier Nelly Corman. 1170 BXL. 02 673 62 11(+ fax). <http://www.ateliernellycorman.blogspot.com>



Devenez praticien(ne) réflexothérapeute

MASSAGE RÉFLEXE DES PIEDS (+ MAINS ET TÊTE) :

Formation brève par la méthode Corman (+ certificats)

pour pratique familiale en 1 WE intensif d'initiation :

les 13-14/11 ou 11-12/12

pour pratique professionnelle : (pré-requis : 1 W.E. d'initiation)

Au choix : en mai + juin ou en octobre + novembre

PROGRAMME SUR DEMANDE

8 bte 52, avenue des Gerfaux
1170 Bruxelles - T&F. 02 673 62 11
ateliernellycorman@gmail.com
www.ateliernellycorman.blogspot.com

[F][Bw] Réflexologie plantaire Ayurvédique. 22 au 25/11, du 24 au 27/1 et du 11 au 14/4. 10h-17h30. Formation en 12 jours, 3 modules de 4 jours et 4 longs WE.

Manorama Mulin, réflexologue certifiée en Ayurvéda à Tapovan et à l'Institut de réflexologie en Floride. Les Ateliers du Présent. 1420 BRAINE-L'ALLEUD. 0475 377 570. ateliersdupresent@scarlet.be - www.lesateliersdupresent.com

[S][Bx] Réflexologie. 27 au 28/11. Certification (WE III) Praticien(ne)-Réflexothérapeute. En intensif (pré-requis WE I et WE II). Massages réflexes pieds-mains-tête + notions aromathérapie. **Nelly Corman**, thérapeute et formatrice. Atelier Nelly Corman. 1170 BXL 02 673 62 11. <http://www.ateliernellycorman.blogspot.com>

[S][Bx] Réflexologie Plantaire Humaniste. 30/11. 20h-22h. Initiation à quelques mouvements et information sur la formation. **Laurence Legrand**, aligneuse, réflexologue. 1083 BXL. 0476 476 906. Laurence@blanchecolombe.be - www.blanchecolombe.be

[F][Bx] Formation en réflexologie plantaire. 2/12 au 9/6. 9h-14h. Formation certifiée en 10 cours de 5h (jeudis matin) espaces de 2 à 3 semaines. Anatomie, théorie et pratique. Petits groupes de 4 personnes. **Elisabeth Crousse**. Centre Caprifolium. 1160 BXL. 0485 401 024. elisabethcrousse@hotmail.com - www.caprifolium.be

Reiki

[S][Bx] Initiation au 1er niveau de Reiki Usui. 13 au 14/11. 9h-17h. Ré-apprendre à canaliser l'énergie universelle présente en chacun de nous, la sentir, la vivre. **Lionel Goutte**, enseignant. Centre Belge de Reiki. Centre EF-Essential Feeling (Besilk). 1180 BXL. 02 768 08 76 - 0477 55 28 25. lionel@centre-belge-de-reiki.be - www.centre-belge-de-reiki.be

[S][Bx] Initiation Degré 1 - Reiki Usui & Energie Shamballa. 13 au 14/11. 9h30-16h30. WE non résidentiel. Historique, enseignement, théorie, pratique. Syllabus - lunch et boissons compris - feedback 21 jours inclus. **Christiane Beele**, maître enseignant. Flocris, les Chemins du Bien-Être. 1030 BXL. 02 726 61 28 - 0496 47 59 93. reiki@flocris.be - www.flocris.be

[S][Lg] Reiki initiations niveau 1 et 2 selon USUI. 13 et 27/11, 4/12. Apprendre à canaliser cette

énergie d'Amour et de guérison et à l'utiliser sur soi et sur les autres. **Micheline Destatte**, maître Reiki. Coeur Et Vie. 4031 ANGLEUR. 0485 911 665.

[S][Bx] Initiation au Reiki Usui 1er degré. 13 au 14/11. Apprentissage des traitements et auto-traitement du Reiki : méthode holistique et énergétique qui agit sur les plans mental, émotionnel et physique. **Françoise Akis**, maître reiki. La Maison du Bonheur. 1060 BXL. 0477 260 622. francoise.akis@gmail.com

[S][Bx] Initiation Degré 2 - Reiki Usui & Energie Shamballa - Reiki des Fées. 27 au 28/11. 9h30-16h30. WE non résidentiel - théorie - enseignement - explication des symboles - pratique - feedback 21 jours. syllabus - lunch/boissons compris. **Christiane Beele**, maître enseignant. Flocris, Les Chemins Du Bien-Être. 1030 BXL. 02 726 61 28 - 0496 47 59 93. reiki@flocris.be - www.flocris.be

[S][Na] Reiki 2. 27 au 28/11. Par l'apprentissage de symboles, agissez avec plus de force et augmentez votre champ d'action. **Arlette Linard**, maître en Reiki Usui. Coeur et Vie. 5351 HAILLOT. 0479 846 329. arlette.linard@skynet.be

[S][Bx] Initiation 3ième niveau Reiki Usui. 27 au 28/11. 9h30-17h. Un WE pour acquérir une énergie de «Maîtrise». Initiation chakra couronne, coeur et pieds. Méditations sur les symboles et travail sur soi. **Daisy Croes**, maître en Reiki Usui. Reiki, Source de Vie. 1140 BXL. 02 242 61 63. daisy.croes@memotek.com - www.sourcedevie.be

[R][Na] Groupe de reiki. 4/12. 17h-19h. Pour recevoir des échanges de reiki, supervision, discussion, partage des expériences... **Isabelle Croisiau**, psychologue, thérapeute. 5000 NAMUR. 0493 193 662. info@isabelle-croisiau.be - www.isabelle-croisiau.be

[S][Na] Reiki 1. 4 au 5/12. 10h-17h. Recevez et transmettez cette énergie d'amour et de guérison. Chemin spirituel et philosophie de vie, elle vous aidera à aller au coeur de vous-même. **Arlette Linard**, maître en Reiki Usui. Coeur Et Vie. 5351 HAILLOT. 0479 846 329. arlette.linard@skynet.be

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bt] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

[S][Lg] Reiki 1er niveau. 4 au 5/12. 10h-17h. Initiation à cette technique puissante de réalisation, de guérison physique et psychologique. **Anne-Marie Dekoster**, maître reiki et psychothérapeute. 4280 HANNUT. 081 87 93 65 - 0499 370 997. dekosterannemarie@yahoo.fr

[S][Bx] Initiation Reiki Usui 1er degré. 4 au 5/12. 9h30-17h. Se reconnecter à l'Énergie de Vie et utiliser cette énergie d'Amour pour sa propre évolution et pour aider autrui. Un outil simple et puissant. **Daisy Croes**, maître Reiki Usui. Reiki, Source de Vie. 1140 BXL. 02 242 61 63. daisy.croes@memotek.com - www.sourcedevie.be

[S][Bx] Soirée de partage Reiki Usui. 6/12. 19h-22h. Chacun reçoit et donne un soin complet, entre praticiens au moins initiés au 1er niveau, par le Centre Belge de Reiki ou non. Inscription obligatoire. **Lionel Goutte**, enseignant. Centre Belge de Reiki. Centre EF-Essential Feeling (Besik). 1180 BXL. 0477 552 825. lionel@centre-belge-de-reiki.be - www.centre-belge-de-reiki.be

Relaxation

[S][Bx] Formation à la Relaxothérapie®. 8/11. 9h-17h. Pour les professionnels de la santé, du bien-être et psy. Une technique psycho-corporelle de relaxation et une méthode pour traiter stress, anxiété, émotivité, 3 x 5 jours + supervision. **Michèle Quintin**, psychologue, psychothérapeute. Ecole de Relaxothérapie® asbl. 1040 BXL. 00 32 2 649 36 46. relaxotherapy@swing.be - www.relaxotherapy.com

[F][Bx] Formation à la relaxation en groupe. 19/11, 3/12, 4/1, 4/2, 4/3, 1/4, 6/5, 27/5 et 10/6. 9h30-16h30. Pour acquérir les compétences nécessaires pour gérer votre stress et disposer des outils pour animer des groupes de relaxation. **Marianne Obozinski**, kiné et enseignante du yoga. LEEP. Espace Coghen. 1180 BXL. 02 511 25 87. formation@ligue-enseignement.be - www.ligue-enseignement.be

[S][Lg] Mieux dormir. 23/11. 19h30. Hygiène de Vie. Exercices corporels, respirations, relaxations et prises de conscience. **Patricia Fialho Fadista**, sophrologue

diplômée de l'A.E.S. A la Découverte de Soi. 4030 GRIVEGNÉE. 0476 791 861. Ins. demandée.

Relooking

[S][Bx] Maquillage naturel. 12/11 ou 3/12. 19h-20h. Leçons pour débutantes : trucs et astuces de maquillage naturel pour une mise en beauté personnalisée. **Jo Charlier**, conseillère en Image Personnelle. 1180 BXL. 0476 608 481. info@jocharlier.com

[S][Bx] Image de Soi. 15/11 ou 6/12. 19h-20h. Quelle image voulez-vous, pensez-vous, devez-vous donner ? A reconsidérer et travailler avec l'aide d'un coach. **Jo Charlier**, conseillère en Image Personnelle. 1180 BXL. 0476 608 481. info@jocharlier.com

[S][Bx] Relooking. 20/11 ou 4/12. 14h-18h. Couleurs bien-être : apprenez à choisir celles qui vous avantagent, sans vous écraser ni vous affadir. **Jo Charlier**, conseillère en Image Personnelle. 1180 BXL. 0476 608 481. info@jocharlier.com

[S][Lg] Mini-formation aux tatouages éphémères au vernis. 9/12. 13h-17h. Séduisants car vous pouvez les mettre pour une soirée, une journée spéciale et l'adapter à votre tenue. **Fanou Renier**, coach mieux-être. 4000 LIÈGE. 0476 361 838.

Respiration et Développement Personnel

[S][Na] Thérapie psycho corporelle par le souffle. 12/11, 26/11, 10/12, 14/1 et 28/1. 18h30-22h30. Cycle de 5 soirées. Le souffle c'est la vie...Prendre conscience de son souffle, l'explorer, fait aussi s'approcher de son être profond. **Pascale Pierret**, praticienne du souffle. La Grange à Papier. 5380 TILLIER. 081 74 42 58. pascale.pierret@yahoo.fr - www.lagrangepapier.be

[S][Bx] Respiration Consciente. 12/11. 20h-22h30. Apprendre à respirer en conscience. Inspirer et s'ouvrir pleinement à la Vie, expirer et lâcher-prise. **Philippe Wyckmans**, psychothérapeute. Conscience au Quotidien. 1180 BXL. 0476 799 409. respire@conscienceauquotidien.com

[S][Bx] Respirez...! Donnez du

Souffle à votre Vie ! 23/11. 9h30-12h ou 26/11 de 14h-16h30. 1/2 jour pour une respiration transformatrice dans la joie. Lâcher peurs, stress et blocages. Trouver sérénité et élan... **MarieAnne Drisch**, praticienne du Souffle de Vie/Transformational Breathing™. 1180 BXL. 0476 768 213. marianne@inspiretatie.be - www.inspiretatie.be

[S][Bx] Respirez...! Donnez du Souffle à votre Vie! 25/11. 19h-21h30. Mieux respirer, avoir plus d'énergie, vous sentir plus serein. A la rencontre de soi par une technique respiratoire à la fois douce et puissante. **MarieAnne Drisch**, praticienne du Souffle de Vie/Transformational Breathing™. 1180 BXL. 0476 768 213. respiration@inspiretatie.be

Sexualité

[S][Lg] Harmonie du couple. 15/11. 19h45. Pour une sexualité plus épanouissante et une meilleure communication au sein du couple. Uniquement sur inscription. **Patricia Fialho Fadista**, sexothérapeute et sophrologue. A la Découverte de Soi. 4020 LIÈGE. 0476 791 861.

Shiatsu

[R][Bx] Yoseido shiatsu academy. 10/11, 11/11 et 16/11. 20h-22h. Formation shiatsu. Mardi soir 1ère année, mercredi soir 2ème année, jeudi soir 3ème année. **Yuichi Kawada**, Sensei. Yoseido Shiatsu Academy. 1040 BXL. 02 649 79 46.

[R][Lg] Yoseido Shiatsu Academy. 15/11 au 20/6. 19h30-22h. Les lundis. Formation shiatsu 1ère année. **Fabian Bastianelli**, professeur. Hall des Sports. 4530 VILLERS-LE-BOUILLET. 085 845 812 - 0498 43 53 02. fabian.bastianelli@gmail.com - www.shiatsuyoseido.com

[S][Na] Initiation au shiatsu familial. 16/11, 30/11 et 14/12. 19h30-22h. Après ce cycle en 3 soirées, vous pourrez offrir à vos proches une véritable séance de shiatsu apportant plénitude et relaxation. **Pascal Moreaux**, praticien shiatsu formé à la Yoseido Shiatsu School de Kawada Sensei. Maison de l'Écologie. 5000 NAMUR. 081 22 76 47. contact@maisonecologie.be - www.maisonecologie.be

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

[S][Lg] **Formation Shiatsu HEH : 1er module de 24h.** 1er cours samedi 20 ou lundi 22. 9h30-16h30 4 cours de théorie & pratique Shiatsu harmonisation des énergies humaines : tête, dos, mains, pieds. **Bénédicté Morelle**. 4100 SERAING. 0479 826 761 - 04 235 71 27. benedicte.morelle@live.be

[R][Bx] **Yoseido shiatsu Academy.** 20 au 21/11. 9h30-16h30. Formation Shiatsu 1ère année week-end. **Alma Eguia**. Yoseido Shiatsu Academy. 1080 BXL. 0477 838 120. Inscription obligatoire.

[R][Et] **Découverte du massage global du corps par le shiatsu.** 26/11 au 14/1. 9h-17h. Journées pratiques de massage pour découvrir la théorie des 5 éléments, le Yin et le Yang et la théorie des méridiens. 2 jours. **Sylvianne Herbeuval**, praticienne shiatsu et réflexologie plantaire. Altha. Verveine Odyssee Am Schmettbesch - Novelia. L-3872 SCHIFFLANGE.. 00352 621 292211. secretariat@altha.lu - www.altha.lu

Soins énergétiques

[S][Na] **Shamballa Multidimensional Healing TM.** 27 au 28/11. 9h-18h. Shamballa MDH Basique Praticien. Energie puissante de transformation multidimensionnelle et profond nettoyage énergétique. **Marie Carretta**, praticienne et enseignante certifiée Shamballa MDH TM. 5000 NAMUR. 0473 31 54 06. marie.carretta@skynet.be

Sonologie®

[S][Bx] **Bain de Sons Thérapeutiques.** 13 au 14/11. Bols tibétains et cristal, diapasons, gongs, chants harmoniques harmonisent, rééquilibrent et ouvrent à Soi. **Isabelle Haugmard**, thérapeute par les sons. Le Dauphin Bleu. 1060 BXL. 00 33 5 49 41 08 00. dauphinbleu86@yahoo.fr - ledauphinbleu.site.voila.fr

Sophrologie

[R][Ha] **Sophrologie.** 10/11, 11/11 et 16/11. Le mardi ou mercredi ou jeudi : apprendre à gérer son corps, ses émotions, ses croyances, son «mal être», retrouver ses ressources, sa vitalité, sa joie de vivre. **Francine Paquet**. 6280 LOVERVAL. 071 47 22 34 - 0474 346 482.

francinepaquet67@hotmail.com

[S][Bx] **Initiation à la sophrologie.** 13/11. 11h ou 14h. Elle permet d'agir sur les symptômes de stress, problèmes de sommeil, l'anxiété, problèmes de concentration... **Pascal Christophe**, sophrologue - hypnothérapeute. La Grotte de Sel. 1040 BXL. 0473 591 698. pascalchristophe@me.com - www.espace-sophrologie.com

[S][Lg] **La Sophrologie Caycédienne actualisée.** 14/11. 10h-17h. Elle étudie la conscience et agit sur la santé globale. Comment a-t-elle évolué depuis sa création ? Théorie et pratique + atelier de 8 séances. **Jeanne Cunill**, master spécialiste sophrologie caycédienne. Centre Vivance. 4020 LIÈGE. 04 227 73 31 - 0475 357 113. jcunill@vivance.org - www.vivance.org

[S][Lg] **Sophrologie ludique pour adultes.** 17/11. 19h30. Se détendre en groupe en s'amusant : exercices corporels, respirations, relaxations, (auto) massages, rire, pour mieux être et donc mieux vivre. **Patricia Fialho Fadista**, sophrologue diplômée de l'A.E.S. A la Découverte de Soi. 4020 LIÈGE. 0476 791 861.

[S][Bx] **Initiation à la sophrologie.** 17/11. 11h, 14h, 18h ou 19h30. Un temps pour SOI. Venez découvrir la sophrologie par la pratique d'une séance au coeur de La Grotte de Sel. **Pascal Christophe**, diplômé. 1040 BXL. 0473 591 698. pascalchristophe@me.com - www.espace-sophrologie.com

[S][Bx] **Ateliers de sophrologie.** 18 au 25/11. 18h-19h. Cycle de 5 séances de sophrologie. Développer la sérénité intérieure grâce à la sophrologie. Ateliers en petits groupes conviviaux de maxi 7 personnes. **Muriel Vandergucht**, psychologue. 1040 BXL. 0477 689 812. atelierssophro@yahoo.fr

[R][Lg] **Les jeux de la sophrologie dynamique.** 18/11. 18h-20h. Apprendre à mieux se connaître, à gérer son stress et ses émotions. S'harmoniser au quotidien. **Simone Loffet**, sophrologue diplômée de l'A.E.S. 4960 MALMEDY. 0478 398 098. sloffet@hotmail.com.

[R][Bx] **Prendre du temps pour soi.** 25/11 au 26/5. 1x/mois un moment à vous. Le métier de professeur, éducateur, ... peut être stres-

sant, apprendre à s'auto-relaxer. Coachaltitude. Notre-Dame des champs. 1180 BXL. +32 (0) 496 50 26 50. www.cinap.info

Spiritualité

[S][Bw] **"Soyons Passants"** 7/11 et 5/12. 9h30-12h30. Connaissance de soi et du Soi. Pratique de la double attention, méditation, marche, descente dans le hara, exercices de remembrement. **Emmanuel Wanty, Daphné De Tiege**. Asbl S'Habiter. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0496 70 66 31. info@asbl-shabiter.be - www.asbl-shabiter.be

[S][Bw] **Connexion à soi, à l'autre, à «Dieu»** 12/11. 9h30-17h. Ressourc. & partage permet de faire circuler l'Energie divine de l'Amour et créer l'esp. sacré où chacun peut aller aussi loin qu'il le veut/peut. **Jean-Luc Vander Borgh**, thérap. certifié Eepssa, lic Sc. Reilig. 1348 LLN. 0473 403 014. vdbjeanluc@skynet.be - www.vdbjeanluc.be

[S][Bf] **Danse, percussions et méditation guidée.** 18/11. 19h30-23h. Dans cadre bucolique, dîner «auberge espagnole», avec danse, mouvement et percussions, puis méditation guidée autour d'un feu. **Harry Smulders**, facilitateur. The Source. 1640 RHODE-SAINT-GENESE. 02 380 50 75. thesource2025@gmail.com

Stretching

[R][Ha] **Stretching-Relaxation.** 10/11, 11/11 et 16/11. Tous les mardi ou mer. ou jeu : prendre conscience de notre corps, de nos tensions musculaires, pour les apaiser, retrouver notre vitalité, notre joie. **Francine Paquet**. 6280 CHARLEROI. 071 47 22 34 - 0474 346 482. francinepaquet67@hotmail.com

[R][Bx] **Cours de barre à terre.** 10/11, 11/11, 15/11. Lundi, mercredi, jeudi, midi/soir. Libérer stress et tensions. Travail au sol de la souplesse et du renforcement musculaire en harmonie avec son corps. **Céline Wobmann**, chorégraphe, danseuse et professeur diplômée, **Floriane Benjamin**, comédienne diplômée du Conservatoire et danseuse. Atelier Mouvanse. Centre Rosocha. 1210 BXL. 0473 423 399. ateliermouvanse@gmail.com

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Ff] Flandres [Et] Etranger

[R][Bw] Stretching, exercices d'étirements. 11/11. 17h-18h30. Les jeudis. Détendre les muscles et lâcher les tensions par la respiration profonde, l'harmonisation du corps et de l'esprit. **Daphné De Tiege.** Asbl S'Habiter. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0496 706 631. www.asbl-shabiter.be

Tai-Ji-Quan

[R][Ha] Cours de Taijiquan. 10/11 ou 15/11. Le lundi à 13h30, le jeudi à 18h30 à Montigny-le-Tilleul, le mercredi à 9h et samedi à 10h30 à Thuin. **Jean-Louis Ballant.** Ecole de la Haute Sambre. 6530 THUIN. 0486 988 767. www.taiji-hts.be

[R][Bw] Tai Chi Chuan. 10/11 ou 15/11. Lundi et mercredi. Pratique énergétique favorisant le renforcement du centre vital et l'élargissement de la conscience par la pratique de l'attention. **Emmanuel Wanty.** Asbl S'Habiter. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0475 542 068. www.asbl-shabiter.be

[R][Bx] Tai Ji Quan. 12/11 ou 15/11. 9h-10h15. Les Lundi et vendredi. Art martial qui permet de réveiller le potentiel énergétique de chacun. **Michael Robert.** académie de danse Yantra. 1050 BXL. 02 646 25 64. contact@aca-yantra.be - www.aca-yantra.be

[R][Bw] Tai Ji Quan et Ji Gong pour débutants. 12/11 et 13/11 et 11/12. Vendredis 10h30, samedi à 10h15. Pratique très progressive. Accent mis sur la détente et la respiration. **Lydia D'Haeseleer.** Aroha Asbl. 1332 GENVAL. 010 61 24 94 - 0478 802 229. www.aroha.be

[S][Ha] Stage martial de Taiji Quan. 13/11. 10h-17h30. Pour les pratiquants d'arts martiaux : vivre une journée d'exploration et de découvertes étonnantes. **Jean-Louis Ballant, Jean-Jacques Hanssen.** Ecole de Taiji de la Haute Sambre. 6110 MONTIGNY-LE-TILLEUL. 071 59 28 02. jl.ballant@hotmail.com - www.taiji-hts.be

[R][Bw] Taiji quan, style yang - les lundis. 15/11, 22/11, 29/11 et 6/12. 18h-19h. Art martial interne chinois de santé et bien être. Forme à mains nues, bâton et épée de Wudang. Pour tous. **Joëlle Le Vourch,** professeur. Académie Siming Limal. Hall sportif. 1300 LIMAL. 071 88 70 41. joelle.le-

vourch@gmail.com - www.academie-siming.be

[R][Na] Cours de Tai chi chuan YMAA. 16/11. 18h-19h30. Les mardi. Tai ji quan, style yang de la YMAA (Dr Yang Jwing Ming) pratique de santé et art martial. **Dimitri Jafer.** Tian Long Institut. Piscine communale de Salzinnes (1er étage). 5000 NAMUR. 0489 397 988. ymaa.namur@gmail.com

[R][Bw] Taiji quan, style yang. 16/11. 18h30-20h. Tous les mardis. Art martial interne chinois de santé et bien être. Formes à mains nues 24 & 108, armes, épée et bâton de Wudang. Pour tous. **Joëlle Le Vourch,** professeur. Académie Siming Villers La Ville. Ecole communale de Marbais. 1495 MARBAIS. 071 88 70 41. joelle.levourch@gmail.be

[R][Bx] Initiation au Taichi (Tai Ji Quan) et au Qi Gong. 17/11 ou 24/11. 18h30-19h45. Participez à un cours d'introduction pratique et ressentez les effets sans vous engager. **Pierre Billiet,** professeur de Taichi. Taichi - Belgium - Crescendo. Salle Dhyana. 1160 BXL. 02 672 01 52 - 0495 17 22 04. question@taichi-belgium.com - www.taichi-belgium.com

[R][Bw] Initiation au Taichi (Tai Ji Quan) et au Qi Gong. 18 ou 25/11. 18h30-19h45. Participez à un cours d'introduction pratique et ressentez les effets sans vous engager. **Pierre Billiet,** professeur de Taichi. Taichi - Belgium - Crescendo.TC Parival. 1330 RIXENSART. 02 672 01 52 - 0495 172204. question@taichi-belgium.com - www.taichi-belgium.com

[S][Bx] Stage de Taichi (Tai Ji Quan) et de Qi Gong. 21/11. 10h-13h. Une demie journée pour vous faire du bien et découvrir le Taichi et le qi gong. **Pierre Billiet,** professeur de Taichi. Taichi - Belgium - Crescendo. Dhyana. 1160 BXL. 02 672 01 52 - 0495 17 22 04. question@taichi-belgium.com - www.taichi-belgium.com

Tantra

[R][Bf] Tantra : magie sexuelle pour l'ascension conjointe. 11/11. 9 mois de cours. L'art de la communion spirituelle en couple. Transformation alchimique du couple dans le caducée de Mercure. **Asananda, Citalmina,**

thérapeutes multi-dimensionnels. Kalpulli Ollin Tonantzin. 1630 LINKEBEEK. 02 361 81 56. asananda@ollintonantzin.com - www.ollintonantzin.com

[S][Bx] Un groupe Continu de Tantra : La Danse des Dieux. 20 au 21/11. 9h-17h30. Une formation ou les Dieux Hindous ouvriront la porte de notre sensualité et sexualité sacrée. **Philippe Wyckmans,**teacher Skydancing Tantra, **Catherine Oberle,** psychotérapeute. Conscience au Quotidien. 1180 BXL. 0476 799 409. Tantra@conscienceauquotidien.com - www.conscienceauquotidien.com

[S][Na] Masculin-Féminin : les honorer, les célébrer. 26 au 28/11. Stage de Tantra par l'auteur de «Masculin Féminin, l'Initiation Amoureuse». Un avant-goût de l'union dans la beauté d'être femme, la fierté d'être homme. **Diane Bellego, Patrick Ferrer.** Quête de Soi. Trifolium. 5030 SAUVENIÈRE. 0472 027 036. quetedesoi@hotmail.com

[S][Bx] Yoga tantrique. 27 au 28/11. 10h-18h. Pratique en 3 temps qui relie l'assise méditative au mouvement et qui introduit la spatialité à 3 niveaux : le corps, l'esprit, l'émotion. **Daniel Odier,** a reçu de Kabu Rinpoche la transmission de Mahamūdra. Tetra. Les Sources. 1200 BXL. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Tarologie

[S][Na] Tarot et intuition. 7/11, 14/11 et 5/12. 13h30-17h. Développez votre intuition sur base du Tarot qui correspond à votre univers personnel. Cours de novembre à janvier, 6 dimanches ap-midis. **Martine Eleonor,** professeur et tarologue. Expression Asbl.5030 ERNAGE. 081 61 52 81. info@expression-cea.be - www.expression-cea.be

[R][Bf] Tarot initiatique, le secret révélé. Début le 10/11. Initiation dans la tradition en 30 cours sur un an. Apprendre le tarot est un parcours évolutif, une véritable voie initiatique, un chemin intérieur. **Veronica Rivera,** tarologue et thérapeute holistique. Kalpulli Ollin Tonantzin. 1630 LINKEBEEK. 02 361 81 56 - 0487 267 747. verito260871@yahoo.com.mx

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger

[S][Na] **Initiation au tarot de Marseille.** 20 et 27/11. 9h-17h. Comprendre le tarot et son histoire - symbolisme des cartes - apprendre à poser la bonne question - sensibilisation aux tirages. **Vincent Beckers.** Un Autre Regard. 5004 BOUGE. 081 20 09 41. info@cours-de-tarot.net

[R][Na] **Atelier de tirage du tarot de Marseille.** 28/11. 9h-17h. Apprendre à tirer le tarot, effectuer un tirage et le décoder par la symbolique pour recevoir des informations concrètes pour s'aider au quotidien. **Vincent Beckers.** Un Autre Regard. 5004 BOUGE. 081 20 09 41. info@cours-de-tarot.net

[S][Lg] **Formation au tarot intuitif.** 29/11. 13h-17h. Comment développer son 6^è sens en se servant des tarots comme supports ? Respect de votre rythme ! Apprendre pour soi ou pour les autres ou les deux. **Fanou Renier,** coach, accompagnatrice spirituelle. 4000 LIÈGE. 0476 361 838.

The Work of Byron Katie

[S][Bf] **Vivre l'Abondance par l'Attraction.** 13 au 20/11. Séjour éblouissant à Malte pour expérimenter l'Abondance sous toutes ses formes.... **Myriam Lebrun,** facilitatrice, auteure de "Mais de quoi avons-nous si peur?". accompagnatrice certifiée par BK. Stimul'In Asbl Laeken. 1853 STROMBEEK-BEVER. 02 732 01 68 - 0477 818 200. info@stimulin.be

Théâtre

[R][Bx] **Cours de théâtre pour enfants et adultes.** 10/11, 13/11, 15/11, Cours pour enfants dès 4 ans et adolescents (mercredis/samedis). Cours de théâtre contemporain et théâtre classique pour adultes (lundis/mercredis). **Fioriane Binjamin,** comédienne diplômée. Atelier Mouvanse. Centre Rosocha. 1210 BXL. 0473 42 33 99. ateliermouvanse@gmail.com

[R][Ha] **Cours de théâtre adultes et enfants.** 16/11. 17h-21h30. Les mardis soir. Initiation aux techniques du Jeu d'Acteur : improvisation, réalisation de sketches à thème, travail du geste, de la voix et du texte... **Vincent Leclercq,** formateur. Ecole de Cirque de Honnelles. 7387 ONNEZIES. 0475 613 966. cirquedehonnelles@hotmail.com

[S][Bx] **Stage de prise de la parole et confiance en soi.** 27 au 28/11. Oser prendre la parole et développer tous les aspects de la prise de la parole : voix, langage corporel, l'image, le regard, la confiance en soi, la présence. **Françoise Akis,** comédienne, pédagogue de la voix. La Maison du Bonheur. 1060 BXL. 0477 260 622. francoise.akis@gmail.com

[S][Bx] **Stage de Théâtre pour Débutants (Adultes).** 4 au 5/12. Oser jouer, développer sa créativité, la confiance en soi par le théâtre, l'improvisation, l'humour. **Françoise Akis,** chanteuse, comédienne. La Maison du Bonheur. 1060 BXL. 0477260622. francoise.akis@gmail.com

Thérapie Brève

[S][Na] **Thérapie brève.** 13 au 14/11, du 18 au 19/12 et du 22 au 23/1. **Nelly Jeansene,** thérapeute. Arsenal - Chaîne verte. 5000 NAMUR. 081 22 79 74.

Thérapie Psycho-corporelle évolutive®

[S][Bf] **Qu'est-ce que la Thérapie Psycho-Corporelle Evolutive® ?** 26/11. 20h-22h. Présentation de cette approche thérapeutique globale agissant sur les mémoires cellulaires en unissant le travail verbal et le ressenti corporel. **Joëlle Thirionet,** créatrice de cette thérapie. Centre Ressourcements. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37 - 0475 935 039. info@ressourcements.be - www.ressourcements.be

Thérapies Aquatiques

[R][Bx] **Aquafeel.** 10/11, 17/11, 24/11 et 1/12. 14h30-16h30. A partir de l'Eutonnie, étirements doux, profonds et en conscience dans une eau à 32°. **Michèle Maisson,** certifiée en Harmonie Aquatique®. Eutonnie To Be. 1130 BXL. 02 267 40 60 - 0472 858 395. mami@eutonnetobe.net

[S][Bf] **Ateliers d'Eutonnie et Aquafeel.** 20/11. 9h30-13h30. Matinées à l'écoute de son corps. Prendre le temps de se déposer au sol et dans l'eau. Comment pouvoir lâcher-prise pour se libérer de ses tensions. **Michèle Maisson,** eutoniste, certifiée en

Harmonie Aquatique®). Eutonnie To Be. L'Espace-Temps. 1780 WEMMEL. 02 267 40 60 - 0472 858 395. mami@eutonnetobe.net - www.eutonnetobe.net

[S][Bw] **Cercle mixte dans l'eau (35°).** 20/11. 10h-17h30. Retrouver le féminin sacré, guérison des blessures de l'âme. Travail chamanique : musique, chants, rituels, partages. Découvrir la magie et la mémoire de l'eau. **Minthé,** chamane. Les Ateliers du Présent. 1420 BRAINE-L'ALLEUD. 0475 377 570. minthe@live.fr - www.lacaravanedessources.supersite.fr

Voyages et Pèlerinages

[S][Et] **Voyage à Lyon, une ville occulte et sa Fête des Lumières.** 8 au 11/12. 10h-18h. Ce chemin initiatique de la recherche de soi, nous le trouvons à travers différentes visites de «hauts lieux» spirituels tel que Lyon. **Solange Coomans De Brachene,** intervenante. Ton Coeur Sait. F- 69000 LYON. France. 071 85 19 44. toncoeursait@skynet.be - www.toncoeursait.be

Yoga

[R][Ha] **Cours de yoga, conscience du corps.** 10/11. 17h15-18h15. Conçu pour les personnes qui veulent réapprovisionner leur corps et découvrir leurs capacités physiques insoupçonnées, adapté pour tous les âges, niv. déb. **Patricia Blicq,** enseignante, professeur de yoga en fin de cycle d'études, consultante en Brain Gym. La Source. Salle du Prieuré Saint Michel. 6230 PONT-A-CELLES. 0473 974 320 - 071 357489.

[R][Bx] **Yoga posturale.** 11/11 ou 16/11. 9h-10h15. Les mardi et jeudi. Respiration, approche qi gong, placement. Cours débutants ouvert à tous. **Michael Robert,** professeur. Yantra. 1050 BXL. 02 646 25 64. contact@aca-yantra.be - www.aca-yantra.be

[R][Bw] **Cours de yoga.** 12/11, 15/11, 17/11, 18/11. Les lundis 18h15 et 19h30, les mercredis à 9h, les jeudis à 19h30, les vendredis à 9h. Pratique douce et progressive s'adressant à tous (également Yoga Pilates). **Lydia D'Haeseleer.** Aroha Asbl. 1341 CÉROUX-MOUSTY. 010 61 24 94 - 0478 802 229. aroha@swing.be - www.aroha.be. Aussi à Genvat et Rixensart.

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [F] Flandres [Et] Etranger

[S][Bx] Ashtanga yoga. 13/11 ou 4/12. 9h-12h. Tous les premiers samedis du mois. Méthode tonique et dynamique. **Madeleine Rommel**, prof. de yoga et kiné. Espace vitalité. 1150 BXL. 0497 376 068 .

[F][Bx] Yoga de l'Énergie. 13 au 14/11. 14h-16h30. Formation à l'enseignement du Yoga de l'Énergie : pratique, anatomie, philosophie. Académie : pratique du Yoga de l'Énergie 2ième et 3ième degré. **Bruna Montagner**, formatrice, **Lavinia Anthony**, intervenante. Ayeb. Maison Notre Dame du Chant d'Oiseau. 1150 BXL. 02 242 04 16 - 02 721 05 22. yoga.bruna.montagner@live.be

[F][Bx] Yoga de l'Énergie. 13 au 14/11. 14h-16h30. Formation à l'enseignement du Yoga de l'Énergie : pratique, anatomie, philosophie. Académie : pratique du Yoga de l'Énergie 2ième et 3ième degré. **Eliane Claire Thiercelin**, **Bruna Montagner**, formatrices, **Lavinia Anthony**, intervenante. Ayeb. Maison Notre Dame du Chant d'Oiseau. 1150 BXL. 02 242 04 16 - 02 721 05 22. yoga.bruna.montagner@live.be

[R][Bx] Kundalini yoga selon Yogi Bhanan. 15/11, 18/11. Les lundis de 10h30 à 12h et 18h à 19h30 et jeudis de 19h30 à 21h. Yoga des origines pour le temps présent. Combinaison de postures, mouvements, respirations, méditations, chants sacrés pour la santé, l'harmonie et la conscience. Nous augmentons notre vibration et développons notre potentiel créateur par des pratiques à la fois puissantes et subtiles. **Enseignants Certifiés.** Sounyai Asbl. 1180 BXL. 02 375 46 81 - 0497 625 688. sounyai@skynet.be

[R][Lg] Cours de yoga. 16/11. 19h30-21h15. Tous les mardis. Yoga sur mesure et pour retrouver l'aisance et la souplesse de vos vingt ans. **Freddy Smal**, professeur de yoga. L'ÉlémentTerre Asbl. 4601 ARGENTEAU. 04 379 53 58. welcome@lelementterre.be - www.lelementterre.be

[R][Bw] Yoga-Dou. 16/11. 19h30-20h30. Les mardis. Pour une détente du corps, du mental et retrouver son équilibre par postures de yoga simples, respirations, relaxation. Pour tous. **Françoise Timberman**. Centre Manolaya.

1420 BRAINE-L'ALLEUD. 0472 845 007. www.centremanolaya.be

[R][Ha] Cours de Hata Yoga. 16/11. 9h-10h. Approfondissez ou découvrez le bien-être par la pratique des postures, l'apprentissage de la maîtrise de la respiration, la relaxation. **Patricia Blicq**, professeur de yoga. La Source. Salle privée. 6180 COURCELLES. 0473 974 320 - 071 35 74 89. patricia.la.source@hotmail.com - www.patriciala.source.com

[R][Bw] Yoga. 17/11, 24/11, 1/12 et 9/12. 20h-21h30. Tous les mercredis. Pratique pour aller à la rencontre de soi-même à travers son corps, sa respiration, sa conscience. **Paul Ziwny**, professeur affilié à l'ABEPY. Espace Phoenix. 1495 VILLERS-LA-VILLE. 071 88 70 41. espace.phoenix@gmail.com - www.espace.phoenix.be

[R][Bx] Kundalini yoga. 18/11. 19h-20h30. Les jeudis. Mère de tous les yogas, il comprend des exercices physiques dynamiques et statiques, des respirations, de la relaxation, des chants de mantras et des méditations. **Nadine Ninane**, professeur de yoga. Nemaiah Asbl. 1180 BXL. 0475 223 569 (après 16h). nadnin123@yahoo.com

[R][Ha] Cours de Hata Yoga, Pranayama, Yoga Nidra. 19/11. 19h-21h. Approfondissez ou découvrez le bien-être par la pratique des postures, l'apprentissage de la maîtrise de la respiration, la relaxation profonde. **Patricia Blicq**, professeur de yoga. La Source. Maison de Village. 6230 VIESVILLE. 0473 974 320 - 071 357489.patriciala.source@hotmail.com - www.patriciala.source.com

[S][Bx] Stage de Kundalini. du 20 au 21/11. Yoga "sur la voie du tantra" **Jean-Jacques Rigou**, **Nicole Barrère**, directeurs de l'École de Tantra. Nemaiah Asbl. 1000 BXL. 0486 905 156.

[S][Ha] Matinées Yoga et Sons. 26/11. 10h-13h. Matinées mensuelles de pratiques hatha yoga, respirations, énergie et centrage, douceur, relaxation et bain de sons, méditation, chants d'épanouissement de l'Être. **Laurent De Vecchi**, prof. de Yoga. Centre Luminescence. 6223 WAGNELÉE. 0474 421 584. info@luminescence.be - www.luminescence.be

[S][Bx] Yoga du dos. 9h-13h. Série de 4 ateliers mensuels de Yoga du dos où nous nous focaliserons sur notre axe de vie, dans ses dimensions physiques, énergétiques, symboliques et spirituelles. Pour une meilleure hygiène du dos au quotidien. **Laurent De Vecchi**, prof de yoga. Les sources. 1200 BXL. 0474 42 15 84. laurent.devecchi@gmail.com - www.luminescence.be

[S][Bw] Yoga et méditation. 27/11. 14h-17h. Yoga, mouvement méditatif et méditation. Dans la lenteur et l'intériorité, pour se poser dans le calme et la présence à soi. Ouvert à tous. **Donatienne Cloquet**, professeur de yoga diplômée. Centre «Arbre De Vie». 1300 WAVRE. 0484 591 218. donatienne-adv@skynet.be - arbre-de-vie.be

[S][Bx] Yoga du coeur subtil. 27 au 28/11. Stage d'initiation. Yoga non postural, accessible à tous. **Dominique Ramassamy**. Centre Yogashram Asbl. Rue des Minimes, 27. 1000 BXL. 02 512 64 92. yogashram@belgacom.net - www.centreyogashram.be

Zen

[S][Na] Tao. 11 au 12/11. 10h30-17h30. Matière enseignée : historique, origine, non-agir, vie cyclique, naturel et détachement, alchimie sagesse et harmonie, ... **Arnaud Bertrand-Deviller**, formateur. Ecole Shan. Humanescence. 5000 NAMUR. 0477 421 313. info@ecoleshan-fengshui.com - www.ecoleshan-fengshui.com

[R][Bw] Zen méditation. 13/11. 9h30-17h. Exposé-assise-thé. Permettre à ceux qui pratiquent le Zen de le faire régulièrement ensemble pendant une journée. Echange autour de notre pratique. **Pierre De Bethune**, moine bénédictin. Voies De L'Orient. Monastère de Clerlande. 1340 OTTIGNIES. 02 511 79 60. info@voiesorient.be - www.voiesorient.be

[R][Bw] Méditation zen. 16/11. 18h45-20h30. Chaque mardi. Soumis aux pressions de la vie moderne et au stress, nous avons bien du mal à trouver notre équilibre. Le Zen nous aide à y parvenir. **Marc Cladas**. Dojo Zen de Wavre. 1300 WAVRE. 010 24 27 24 - 0475 241 140. dojo.zen.wavre@skynet.be

[S] Stages/ateliers [R] Cours Réguliers [F] Formations

[Bx] Bruxelles [Bw] Brabant wallon [Lg] Liège [Ha] Hainaut [Na] Namur/Luxembourg [Bf] Brabant flamand [Fl] Flandres [Et] Etranger



Semences & profits...

Revenons sur le projet d'«*arche de Noé végétale*», évoqué l'année dernière dans cette rubrique, afin de lever un coin du voile de cette entreprise pas si désintéressée que cela... Petit rappel : dans un des lieux les plus reculés de la planète, à Svalbard [océan arctique], Bill Gates a investi des dizaines de millions de dollars avec, entre autres, la *Fondation Rockefeller*, la *Monsanto Corporation*, la *Fondation Syngenta* et le gouvernement norvégien, dans ce qui est appelé «*doomsday seed bank*» [littéralement «*banque de semences du Jugement dernier*», NDT]. Cette «*banque*», aux allures de «*chambre forte*», contiendra jusqu'à 4,5 millions de variétés différentes de semences du monde entier, «*de sorte que la diversité végétale puisse être préservée pour l'avenir*», précise le gouvernement norvégien. Euh... avons-nous raté quelque chose ? Quel «*avenir*», prévu par les sponsors de cette «*banque de l'apocalypse*», menacerait-il la disponibilité actuelle des semences déjà bien à l'abri aux quatre coins du monde ?

Chaque fois que des puissants de ce monde ont un projet commun, cela vaut la peine de creuser un peu plus profondément, dans ce cas-ci, sous les épais murs de la forteresse soi-disant «*verte*» de Svalbard... L'identité des «*parrains*» de l'entreprise est, en effet, particulièrement éloquente : la *Fondation Bill & Melinda Gates*, ainsi que le géant de l'agroalimentaire *DuPont/Pioneer Hi-Bred*, l'un des plus grands propriétaires de brevets d'OGM et autres produits de l'agrochimie, *Syngenta*, la principale compagnie suisse de semences OGM, la *Fondation Rockefeller*, le groupe privé qui a créé la révolution génétique, avec plus de 100 millions de dollars de semences depuis les années '70 et le CGIAR, le réseau mondial créé par la *Fondation Rockefeller* pour promouvoir son idéal de «*pureté génétique*» à travers la conversion de l'agriculture.

Depuis des décennies, les mêmes «*intérêts*» travaillent à promouvoir la nouvelle «*révolu-*

tion génétique», c'est-à-dire la dissémination planétaire de semences OGM brevetées.

Tout en gardant à l'esprit l'expérience catastrophique de la «*Révolution Verte*» des années '50 [lisez «*Révolution agro-chimique*»], il semble particulièrement curieux que les fondations Rockefeller et Gates investissent aussi des millions dans un projet nommé *Alliance pour la Révolution Verte en Afrique [AGRA]*...

Depuis 2007, Monsanto détient, avec le gouvernement US, les droits mondiaux des brevets dits «*Terminator*» qui font qu'une semence GM se «*suicide*» après récolte. Le contrôle des semenciers privés est donc total.

Il faut bien comprendre que les graines stockées dans les «*banques semencières*» forment la matière première pour la reproduction des plantes et pour de nombreuses recherches biologiques fondamentales. Or, le CGIAR, cité plus haut, contrôle la plupart des chambres fortes à semences privées du monde entier.

Plusieurs experts affirment que le développement de semences GM des grandes cultures comme le riz, le maïs, le blé et le soja, pourrait facilement devenir un monopole mondial et utilisé à des fins de sélections naturelles des populations. Ceci, dans le sens du lobby eugéniste, financé depuis les années '20 par de riches familles élitistes, comme *Rockefeller*, *Carnegie*, *Harriman* : mettre en pratique l'extermination systématique des lignées humaines indésirables. C'est ainsi qu'en 2001, *Epicyte*, une petite entreprise de biotechnologie de Californie, sponsorisée par le gouvernement US, annonçait la mise au point d'un maïs GM contenant un spermicide capable de rendre stériles les hommes qui en mangeaient !

Est-ce une coïncidence si toutes organisations, de *Monsanto* jusqu'à la *Fondation Rockefeller* en passant par la *Banque Mondiale*, sont également engagées dans le projet de «*chambre forte*» à Svalbard ?

A chacun de tirer ses propres conclusions !

[Sources : article de F. William Engdahl, mondialisation.ca & <http://terresacree.org>]



Mystère dogon...

De culture orale, les Dogons vivent au Mali et comptent environ 300.000 individus. Les enfants pressentis pour être leur mémoire vivante apprennent par coeur les litanies des anciens venues des temps les plus reculés. Il est interdit de les interpréter. Ce qui a été dit une fois l'est pour toute l'éternité.

Dans les années '50, l'ethnologue Marcel Griaule gagne leur confiance et pénètre peu à peu leur culture. Il découvre alors que les Dogons connaissent Sirius, l'étoile la plus brillante après notre Soleil et ajoutent qu'une autre étoile, de couleur blanche,

plus petite mais beaucoup plus lourde, tourne autour de Sirius. Elle met 50 ans à en faire le tour. Une fête dogon commémore l'événement... Or, cette étoile existe vraiment et nous l'appelons Sirius B, depuis sa découverte par Alvan Clarke en 1862. Mais on n'a élaboré la théorie des naines blanches, très lourdes et d'une extrême densité que dans les années '30 : ce qu'est précisément Sirius B ! Et les astrophysiciens ont attendu les années '60 pour en calculer le cycle de révolution : 49,9 de nos années, pour ne pas dire 50 ! Seulement voilà : Sirius B est invisible à l'oeil nu et il faut un puissant télescope pour l'apercevoir... Alors, comment les Dogons ont-ils pu en avoir connaissance ? Comment peuvent-ils prétendre que d'autres «compagnons» [des planètes] tournent aussi autour de Sirius ? Ou encore, que notre galaxie est de forme spiralée ? Quand on demande aux prêtres d'où ils tiennent ces connaissances, leur réponse, toujours la même, est formelle : *«Des créatures amphibies ont atterri sur la Terre il y a fort longtemps. En descendant, leur arche a fait retentir un bruit terrible, qui a fait trembler les pierres. Elles ont transmis ce savoir à quelques initiés. Ces créatures, les nommo, sont les Guides de l'Univers, les pères du genre humain.»*

Le mystère reste entier... !

[Sources : Wikipedia, dinosoria.com & agoravox.fr]



D'un Univers à l'autre

Selon une nouvelle étude de l'Institut des Hautes Etudes Scientifiques de Bures-sur-Yvette et de l'Université internationale de Brême, les «trous noirs» seraient en fait des «trous de ver» menant à d'autres Univers. En imaginant notre Univers comme une feuille courbée, on peut représenter un «trou de ver» comme une sorte de tunnel reliant un point en haut de la feuille à un autre plus bas. Ces tunnels seraient donc les passages les plus courts permettant de passer d'une région de l'Univers à une autre ou d'une dimension à une autre.
[Source : New Scientist]



Business 2012

«La fin du monde approche...» Du moins la société californienne Vivos y croit dur comme... or ! Elle propose ainsi un réseau d'abris sous-terrains pouvant accueillir près de 4.000 individus.

Objectif ? Survivre à un possible événement cataclysmique le 21/12/2012 ! *Inversion des pôles, tempête solaire, guerre nucléaire, éruption du volcan du Yellowstone, impact d'astéroïde...* Faites votre choix ! Evidemment, il y faut quelques 35.000 euros pour réserver sa place... Mais, selon les médias US, 1.000 personnes auraient déjà réservé la leur !

[Source : Terravivos.com]

Exo-communications

Avez-vous déjà entendu parler de la paramétrisation de l'ignorance ?

Il s'agit en fait d'une équation écrite par l'astronome Frank Drake en '61 et qui permet de calculer le nombre de planètes susceptibles d'accueillir une vie extraterrestre. Cette équation la voici : $N = N^* \times f_p \times n_e \times f_l \times f_i \times f_c \times L$! En partant du principe que les autres systèmes solaires sont plus ou moins comme le nôtre, l'approximation la plus vraisemblable est que nous pourrions entrer en communication avec environ 400 planètes d'ici... 25 ans !
[Source : SETI Institute]



La rédaction ne peut cautionner toutes les activités reprises dans ces annonces classées. Aussi, nous vous invitons au discernement.

A Louer

Uccle. Vivier d'Oie. Salles à louer dont une de 60 m². Formations, conf., consult., bien-être et dévelop. perso. Ef. Essential Feeling. Tél.: 02 381 19 39. contact@essential-feeling.com - www.essential-feeling.com

Au coeur de Bruxelles (Botanique), dans un havre de paix de 1850, écorénové : 4 salles (33 à 90 m²), 4 cabinets cons. (15 à 20m²), local massage avec douche. www.rosocha.be. 0486 299 105.

La Grange à Papier Fernelmont Espace lumineux 80m² rénové, cadre champêtre parmi les ânes et les chèvres pour stages. www.creacarta.be. 0474 509 093.

Salle à louer. A Auderghem. 25m²+cuisine, douche, jardin. Pr méditation, séminaire. www.leparfumdescouleurs.be. Tél. : 0479 593 627.

Cabinet/bureau à louer à Senneffe : 20m² + bureau + wc + salle d'attente, parking aisé, proximité grands axes, patientèle ostéopathe à remettre. v.trappeniers@gmail.com.

Location superbe espace thérapeutique «Ma Cuisine Intérieure». Espace harmonieux, agréablement décoré. Accueil, vestiaire, cuisine, 50 m² d'espace de travail individuel ou en groupe en journée ou week-end. Michel Gillain, 505 2ème, Avenue Louise, 1050 Bruxelles. 0475 312 715. michelgil@skynet.be.

Cherche cabinet à louer sur Bxl, le samedi. Merci de contacter au 0496 442 285 ou 1dayonearth@gmail.com

La porte du pèlerin Asbl. (Triangle Namur-Liège-Bxl) Locaux pr stages et consult. + 1 appart + salles + hébergement

pour thérapeutes et médecins. Poss. jardin ressourcement. www.portedupelerin.com. Tél : 081 83 43 01.

A Remettre

Cession de commerce. A remettre : commerce Fabiange, situé à 1200 Bxl, magasin spécialisé en HE, cosmétiques, compléments alimentaires, livres et cartes, tisanes bio et cabine de massage. Tél: 02 673 41 22 ou 0473 372 836.

A Vendre

Tables et chaises de massage, kits pierres chdes, huiles massage à l'Espace Sérénité. Visitez l'espace vente sur Rdv à Waterloo. Tél. : 0486 323 229. www.espaceserenite.be.

Tables & chaises de massage Qualité+très bon prix. Matériel Nikken d'occasion. Salles pr ateliers ou stages à lltre. 0475 894 615. prana@pranacenter.eu

Cours-Formation

Stage de chant holistique Avec M.C Reculard. La voix reflet de soi. Stage de chant et yoga, visualisations, travail sur les chakras. La voix et la voie s'auto-harmonisent. A Bxl, 27 et 28/11. Tél : 0496 265 734. www.chantholistique.net

Le CEPSPY (Centre d'étude sur la psychanalyse de l'ULB) organise une formation unique en Europe centrée sur les 3 pères fondateurs : S. Freud, CG Jung, J. Lacan à la psychanalyse sous forme de modules, séminaires, colloques. Info : www.cepsya.be

Formation en shiatsu Namikoshi. Shiatsu 1er niveau. Formation théorique & pratique certifiée répartie sur 9 week-ends. Début 18-19/12. Valérie De Vuyst, praticienne et instructrice en shiatsu. Inscription obligatoire. Espace de Ressourcement 4000 LIÈGE. Tel. 0485 454 039. v.devuyst@espace-de-ressourcement.be

Ecole Shan : formations en Feng Shui, astrologie chinoise Bazi, Yinyang 5 élém. Lecture visage, Tao, Yi King, Réflexologie Plantaire, Do In sur [\[leshan-fengshui.com\]\(http://leshan-fengshui.com\)](http://www.eco-</p>
</div>
<div data-bbox=)

L'école de Tarologie intuitive de La Louvière. 2 soirées par mois à partir du 19-1-2011. Site : www.zenitudealtitude.be. Tél : 0496 684 249.

Cours de Tarot, découvrir et apprendre les bases du Tarot de Marseille et différents tirages. Les cours sont donnés par petits groupes : 0474 682 830

Développement personnel

Équilibrez votre énergie ; libérez-vous de ce qui fait obstacle à votre santé, à votre bien-être. Consultation à Enghien : 0472 487 853.

Succès Mandalas, abondance, ancrage. 19/11, 3/12, 14/1, 4/2 ou 2/3. Contes méditatifs, femme sacrée : 26/11 (20-22h). Catherine Peeters. RV privé/groupe : 0494 131 902. Nivelles (coaching succès).

Médiurnité par le Tarot, méthode révolutionnaire. Licencié en psychologie clinique, astrologue, numérologue et tarologue. Consultations après 17h. Tel : 02 354 20 54 ou 0478 306 614.

Apprenez à mieux vous connaître pour bien gérer votre potentiel, vous réaliser et être heureux. France Baesens, astrologue. T : 02 345 33 02 et 0472 618 280

Conseillère en harmonie vitale par la sophrologie, Fleurs de Bach, tarot, vous accueille dans la paix et l'amour, afin de vous épauler sur votre route. Je suis là pour vous. Sabine RV au 0489 575 116. 1020 Bxl.

Divers

Magasin La Géode, 53, Marché aux Herbes 1000-Bruxelles. Ouvert 7j/7. 02 512 84 36. Le plus grand choix de Belgique ? Lithothérapie, bijouterie, minéralogie, etc...Boutique en ligne : www.lageode.be

Conseils en Rituels. Pour vous accompagner dans la création et la célébration de cérémonies personnalisées à l'occasion d'une union (ex : un mariage), d'une séparation (ex : un décès), d'un accueil (ex : une adoption) ou d'un passage (départ à la retraite). KORéAM. Bxl et LLN.

0497 57 55 23. eyd@koream.be

Centre de clairvoyance par téléphone du lundi au vendredi de 9h à 18h. Tél : 0491 258 383.

Emploi

Cherche conseillers M/F produits bien-être/santé mi-temps, plein-temps. Formation assurée + assistance pratique. Pour rdv appelez le 0475 491 737.

Internet

Découvrez l'essentiel dans votre vie... et changez vos pensées positivement avec les cartes selfcoaching Happy Mind Flow®. Commandez-les sur www.flowdevelopment.eu



Massages Thérapeutiques

Ayurvedic massage. Formé dans un hôpital ayurvédique, Vaidhi Subarayan propose un massage authentique qui augmente la conscience du corps. 1160 Brussels. 0499 126 151. svaidus@yahoo.com.

Massage ayurvédique A Bxl massage ds une pure tradition indienne procurant détente et relaxation complète tel pr RDV 0495 183 997.

Massage relaxation, chamannique, tao. Près de LLN : 0495 120 591.

Massages indiens ayurvédiques. Formée et encadrée dans les traditions ayurvédiques, je vous propose différents massages adaptés et respectueux. Encadrement professionnel. «Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie d'y rester.» 1040 Bruxelles. No sex. Isabelle Carlier : 02 647 88 05 - 0472 45 08 46.

A la rencontre de soi par le corps massé. Bien-être ou accompagnement thérapeutique. Maricé Niset. Lasne (Ransbeck). 0478 567 136. No sex.

Massage amincissant Balinais

affine, raffermis visiblement la silhouette. Bénéficiez d'une réel moment de détente. RDV : 0495 444 507. Catherine Le Maux

Envie de se la couler douce ! D'un moment rare, luxueux, absolument égoïste ? Oui, à Saintes !... Massages nirvaniques : balinais, tantra, entre les mains expertes d'une kinésithérapeute ! www.ammyris.be. RV : 0495 262 627.

Espace 5 sens. Laissez-vous guider dans l'univers du bien-être grâce aux vertus du massage. Cabinet privé de massothérapie et soins énergétiques à Bruxelles. Sur Rdvs au 0470 218 518

Massage harmonisant, l'amour au bout des doigts : laissez-vous emporter par la détente d'un massage à l'huile chaude & réflexo chez Ambiance Zen à Bruxelles et à Zellik. 0479 387 967

Thérapie Thai Massage. Diplômé et formé par maître thai. Propose cours et consultations à Bxl, Waterloo et Brabant wallon. Thierry Bienfaisant. 0472 025.303

Sensitive Gestalt massage Détente et énergie. Non sexuel. Consultation le soir + WE. Uccle. Paulette Duhaut : 0485 157 537.

La déesse de la douceur: découvrez une magicienne qui arrêtera le temps ; qui vous offrira une sensation de bien-être autant corporel qu'émotionnelle. Accéder au palais des mille et une nuit pour une ballade des plus fantastiques autour du massage tantra ou taoïste. 0485 423 931

Magnétisme curatif. Thérapie douce par digipuncture et imposition des mains. Région de Gembloux. Ania Afrikanova 0472 56 99 83

Massage à domicile. Karl, massothérapeute et sa table de massage viennent chez vous pour un massage personnalisé. (mal au dos, stress, traumatismes, dépression, cadeau d'anniversaire). Pour infos ou Rv : 0476 413 300.

Atelier massage parents-enfants, 5 à 10 ans, facile, agréable, rapide, efficace. 3 mercredis 17 et 24/11 et 1/12 de 14 à 16h. 1081 Bxl. Massothérapeute, instructrice. Carine Dusart 0476 601 543. www.germinessence.be

Ressourcement

Envie de vous ressourcer ? Un lieu magique dans le Valais Suisse vous offre cette opportunité. Chalet idéal pour famille (8 pers.), paradis des skieurs et des randonneurs. Loc. à la semaine hors vac. scolaires. Rens. : <http://web.me.com/les-murettes/Site/Bienvenue.html>.

Santé

Cure de jeûne, diète près plage Bretagne sud. Librairie, formations hygiénistes. Désiré Mérien. www.nature-et-vie.fr. F-56270 Ploemeur. T. 00 33 2 97 82 85 20.

L'école de la Haute Sambre organise une série de 4 conférences Santé : 3/11, 11/12, 8/01, 5/02. Inscript. et livre : www.taijijts.be, "Comprendre & agir pour sa santé"

Cours initiatique de yoga pour tous en individuel. Apprentissage adapté et personnalisé pour découvrir les bienfaits des respirations dirigées et des postures. Méditation et approche de la philosophie indienne. Isabelle Carlier, 1040 Bxl. 02 647 88 05 - 0472 450 846.

Semi-jeûne et balades, chaque saison en Ardenne avec JM Hertay, conseiller hygiéniste. Régénération revitalisation. Relaxation, massage, Tai-Chi, Do-In. Ambiance chaleureuse. Cadre superbe. Prix modéré. Formule unique. 0485 126 301. www.seressourcer.info

Spiritualité

Méditation transcendantale. Technique de relaxation profonde qui donne accès au plein potentiel du corps & de l'esprit. Elle redonne joie à la vie et dévoile les états de conscience supérieure. 24/11 à 20h au "Le Chemin Vert", 20, Rue du Méry, 4000 Liège. Entrée libre. 0475 248 818.

Stages-Conférences

Stage « Initiation à la Communication Animale », présenté par Laïla Del Monte, professionnelle en Communication Animale. Samedi 11 et dimanche 12 décembre 2010 à 5600 Neuville.

<http://www.lailadelmontecom/fr/index.html>. Contacts : Alain +32 (0)474 30 12 75, Sylvia + 32 (0)479 807 655 ou e-mail : alain.falques@skynet.be.

L'ego, principal obstacle au bonheur. Atelier 27-28/11. Qu'est-ce que l'ego, comment fonctionne-t-il ? Comment se libérer du mental et s'accepter soi-même ? Exercices pratiques. France Baesens. Tél.: 02 345 33 02 et 0472 61 82 80

Stage Eutonnie G.A. Ostende, 6 au 9/1/2011. Libérer ses richesses pour gérer le stress, le dos, se ressourcer. Ou 2ième groupe, libérer son souffle pour affirmer sa voix. Hôtel Royal Astrid***, avec piscine, tout confort. 087 22 68 62. www.istace.com

Formation en réflexologie plantaire. couleurémotion : 4 systèmes piliers de la santé + approche des parfums de couleur. Test olfactif en petit groupe de 4 personnes, les mardis du 9/11 au 7/12, 10h à 17h. 1081 Bxl. Réflexologue : C. Dusart. 0476 601 543. www.germinessence.be

Thérapies

(Re)trouver son orient(ation). Etudes ou job : entretien pour clarifier puis atteindre l'objectif adéquat pour mener sa vie. Nelly Corman : 02/673.62.11.

Voyage de guérison de Brandon Bays : si vous avez lu ce splendide livre qui nous montre comment guérir des maladies physiques et des difficultés émotionnelles en guérissant les traumatismes bloqués dans les mémoires cellulaires, je peux vous guider à travers ce processus. Hilda van Mulders, psychothérapeute formée par Brandon Bays. 02 770 08 10 ou 0476 20 84 11. www.innerview.be

Fibromyalgie et fatigue chronique : deux maladies guérissables par thérapie vibratoire. Info : alternativesante@skynet.be. Tél. : 084 47 78 73.

Séance d'analyse et de réin-formation cellulaire : recherche, interprétation et corrections de dérèglements énergétiques. Françoise Akis, coach bien-être, énergéticienne. 0477 260 622.

Thérapie de régression. Vies antérieures, purifications des en-

tités, H. Casteleyn, psychologue sur 4840 Welkenraedt et 1050 Bruxelles. Gsm : 0495 501 104

Sandrine Surings - Gestalt Praticienne. Aller à la rencontre de soi...(Enfant-Ado-Adulte) GSM : 0494 320 430. Lierneux

Gestalt-thérapie existentielle. Vivez pleinement seul(e), en couple, au travail, dans la vie quotidienne. P.P. Knops. Bxl - Jette. Tél.: 0478 329 607

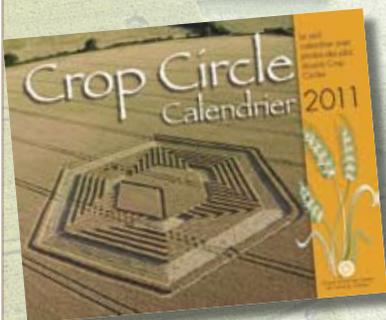
Aimez-vous suffisamment pour ne pas attendre de toucher le fond avant de vous prendre en mains. Faites-vous aider dès maintenant. Axelle Dissy, psychothérapeute, Reiki, Hypnose, Tarots, Fleurs de Bach. 02 414 68 17. Lasne.

Vacances

Séjours bien-être avec ou sans activités. Bien-être et visites. Malte, 13-20 nov. (anglais suggestopédie) dès 749€. Andalousie : 27/11-4/12 (réflexo, naturo..) dès 650€. T : 0477 247 849. www.cpme.info

CALENDRIER CROP CIRCLES 2011

Wiltshire Crop Circle Study Group (WCCSG)



Ce magnifique calendrier (en français) reprend plus de 80 photos à vous couper le souffle des plus belles formations de *Cercles de Culture* apparues durant l'été 2010 dans le Wiltshire et l'Oxfordshire !

Directement chez vous pour 19 €
(port compris Belgique)
(24 € port compris France - chèque accepté)

Par virement sur le compte n°360-1162751-18
Communication «Calendrier 2011» à l'ordre de :
ARPÈGE Média • Rue de la Terre Franche, 31
5310 Longchamps (Eghezée) • 081 43 24 80

CD - Ultimate Best Of

Logos

Ce double album, composé des 28 meilleurs titres de *Logos* pour le prix d'un simple CD, est assurément une excellente façon de découvrir l'univers musical de cet artiste unique. Spécialiste depuis '87 de musiques de bien-être, d'éveils et de relaxation, les compositions de *Logos* sont particulièrement empreintes de beauté, de douceur et de sérénité.

Idéal pour créer une atmosphère de détente et de relaxation.
[2 CD 150' • Art Composite • SIC 2010-2 • DG Diffusion]

CD - Une vie sans stress

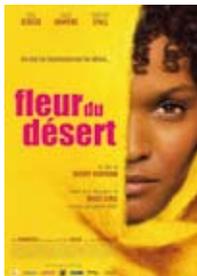
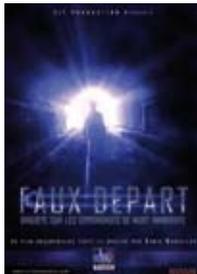
Carole Serra & L. Stopnicki

Si nous sommes sans cesse soumis à des pressions extérieures, nous sommes souvent les artisans de notre propre stress : *inquiétudes, pensées «parasites», peur de l'avenir...* Ces relaxations créatives nous permettent de dénouer nos tensions et nous relaxer en profondeur, en remplaçant nos pensées «toxiques» par une vision positive de la vie et de l'avenir, en développant notre intuition, notre imagination et notre confiance en nous. *Des séances positives pour l'harmonie entre le corps et l'esprit.*
[67' • Audiolib]

DVD - Fleur du désert

de Sherry Horman

On dirait un conte de fée et pourtant c'est une histoire véridique, celle de Waris Dirie ! Petite fille élevée dans le désert de Somalie, avec des cailloux pour horizon et des chèvres pour seul avenir, Waris Dirie va fuir son pays, travailler comme «bonne à tout faire» à l'ambassade de Somalie à Londres et devenir, grâce au jeu



du destin, l'un des top model les plus célèbres du monde. Elle utilisera cette notoriété inespérée pour devenir ambassadrice de l'ONU dans le combat contre l'excision... *Une histoire vraie et touchante.*
[120' • Twin Pics • Cinéart]

CD - 5 Éléments : le soin musical

Kim Ly

Inspirées par les principes de l'énergie vitale des 5 Éléments selon la médecine traditionnelle chinoise, les compositions proposées par l'auteur représentent les 5 éléments : *le Bois, le Feu, la Terre, le Métal et l'Eau.* «Chorégraphiés» afin de centrer notre mental, apaiser notre corps et éveiller nos sens, ces musiques de soins nous transportent vers un voyage musical harmonieux au gré du rythme des 5 saisons. *Idéal pour les pratiques psycho-corporelles et les massages.*
[59'48" • Bodhisens • DG Diffusion]

DVD - Faux départ

de Sonia Barkallah



Ils sont des millions à raconter la même histoire troublante, comme la sensation de se détacher de son corps, d'assister à sa propre réanimation, d'entendre les chirurgiens parler entre eux, et voir un tunnel avec au bout une lumière... Cette expérience a bouleversé leur vie, au point qu'ils ne craignent plus la mort. Ce film exceptionnel présente les preuves scientifiques de la vie après la vie. De nombreux intervenants - *cardiologues, neurologues, anesthésistes, médecins* -, témoignent sans complexe pour lever le tabou et souligner une évidence grandissante : la conscience est indépendante du corps.

[87' • S17 Production] - *Voir aussi la rub. «avant-première» - Diffusion via AGENDA Plus : 25 € port offert - Infos au 081 43 24 80 et sur www.agendaplus.be/boutique*

«La nature est un miroir
dans lequel se reflète nos âmes.»

cité dans «Pour une écologie intérieure» [ci-dessous]

Pour une écologie intérieure

**Patrick Guérin
Marie Romanens**

L'état de dégradation de la planète nous renvoie à nous-mêmes : la pollution extérieure traduit notre pollution intérieure. L'origine du problème se trouve dans le modèle dominant de l'Occident, un modèle qui nous pousse à nous séparer du sauvage. Si nous voulons préserver la planète, il est crucial de renouer avec la nature un lien d'appartenance, de rétablir le dialogue. Tel est l'enjeu de ce livre : montrer que nous sommes dans la nature comme elle est en nous, expliquer pourquoi nous nous sommes séparés et décrire les étapes de la réconciliation.

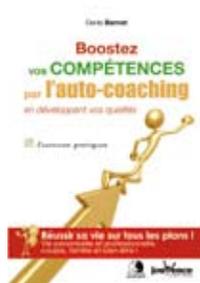
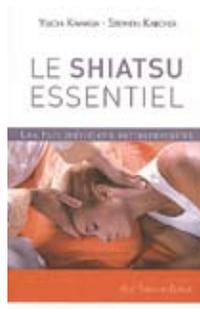
(Editions Payot 190 pages)

Boostez vos compétences par l'auto-coaching

Denis Bernet

La plupart des livres de développement personnel s'adressent à un large public sans tenir compte de nos forces ni de nos faiblesses actuelles. Le risque ? Surdévelopper des compétences déjà surutilisées et ne pas développer la compétence déterminante qui nous est ou sera la plus bénéfique. Ce livre part de nos forces, limites et motivations et cible la solution la plus féconde pour notre vie. C'est un ouvrage pratique pour nous développer au jour le jour.

(Editions Equilibre, 90 pages)



Le Shiatsu essentiel

Les 8 méridiens extraordinaires

Yuichi Kawada & Stephen Karcher

Le shiatsu est une thérapie corporelle et énergétique, basée sur les principes de la médecine traditionnelle chinoise. En favorisant la libre circulation de l'énergie, il aide à rétablir l'équilibre entre le corps et l'esprit, pour prévenir et guérir les maladies. Yuichi Kawada associe le soin préventif du shiatsu traditionnel et de ses 12 méridiens principaux au rôle crucial que jouent les 8 méridiens extraordinaires en tant que forces de secours et d'urgence. Fondateur du *Shiatsu Yoseido*, l'auteur nous fait partager sa vision spirituelle, issue de l'héritage des anciens, pour vivre en harmonie entre Ciel et Terre.

(Guy Trédaniel Ed., 280pages)

Le livre Findhorn du pardon

Michael Dawson

Et si nous cessions d'accuser les autres et le monde extérieur de tous nos malheurs ? Ce déni de notre responsabilité et cette projection sont les outils de notre ego ; mais ce faisant, nous alimentons les conflits en nous... L'auteur s'appuie sur son expertise d'*Un Cours en Miracles* pour nous proposer le chemin du pardon envers nous-même. Un chemin qui nous invite à regarder en nous-mêmes et à nous défaire de notre rôle de victime.

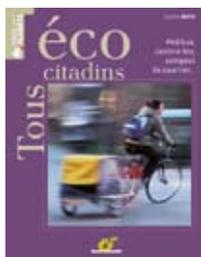
(Le Souffle d'Or, 184 pages)

Tous éco citadins

Carine Mayo

Jardins partagés, AMAP, pèdi-bus, compost de quartier, autres façons d'habiter... ils sont l'oeuvre de collectifs en quête de villes moins polluées et plus «vertes». Des individus «lambda» qui pensent global et agissent local ! Cet ouvrage nous permet de découvrir 30 initiatives remarquables repérées aux 4 coins de la France, réalisées dans des immeubles et quartiers, à l'école, dans l'entreprise... Elles nous donnent des pistes et des ailes pour passer à l'action !

(Ed. Terre Vivante, 160 pages)



Pour une cosmétique intelligente

Dominique Baudoux

L'auteur nous livre son expertise sur les apports des huiles essentielles dans le domaine de la dermocosmétique. Après la théorie concernant les H.E., les huiles végétales

et la peau, il nous accompagne au travers de formules inédites pour préparer bains, gommages, crèmes hydratantes, démaquillants, shampooings... et pour soigner de nombreux troubles cutanés.
(Editions Amyris, 208 pages)

JEU - Les 22 étincelles de vie

Déborah Wakinne & Gérard Athias

Ce jeu, qui permet de prendre conscience d'une problématique et d'en sortir de façon ludique, est composé de 4 paquets de 22 cartes : le premier tirage aiguille vers le conflit et le ressenti associé, le second indiquent les deux mémoires généalogiques en liens avec notre conflit, le troisième les programmes conflictuels dans notre vécu personnel et le quatrième la solution pour sortir de notre problématique...

(Editions Pictorus, 88 cartes - Commande via pictorus.info)

Pratique de la voie toltèque

Après «Les quatre accords toltèques», l'auteur propose d'aller encore plus loin sur la route de la liberté personnelle et du vrai bonheur...

Don Miguel Ruiz - Poche Jouvence

Vénus en feu - Mars de glace

Tous les secrets ou presque pour éliminer le stress et vivre en harmonie en couple.

John Gray - Editions Michel Lafon

Vos cheveux disent tout de vous

Nos cheveux gardent les mémoires de ce que nous avons ingéré et ressenti...

Rémi Portrait - Editions Albin Michel

Architecture et géométrie sacrées dans le monde

«à la lumière du nombre d'or»

Eclairage novateur sur une science ancestrale...

Léonard Ribordy - Editions Trajectoire

Fonctions des orgasmes

Une étude approfondie des états extatiques/orgasmiques associés aux différents épisodes de la vie sexuelle.

Dr Michel Odent - Editions Jouvence

Le chemin de l'amour conscient

Le couple comme voie évolutive consciente vers l'authenticité, la compassion et la sagesse.

John Welwood - Editions Le Souffle d'Or

Nouveau !



Pouvoir de l'esprit et guérison du cancer

Philippe MASSABOT

Guérir un cancer de la prostate sans aucun soin médical ou intervention chirurgicale, voilà qui semble irréel ! Cet ouvrage n'est pas un réquisitoire contre la médecine allopathique ou la chirurgie, mais plutôt la narration d'une totale prise en main. L'auteur s'est entièrement responsabilisé devant le diagnostic accablant. Il s'est dit qu'il allait guérir tout seul !

Broché - 14 X 21 - 112 pages - 12 €

Nouveau !

Tu seras ma voix
Messages de Vladik à sa mère (1980-2001)

Nadine ZEIDLER

L'auteure a vécu l'expérience extraordinaire de recevoir des communications de son fils défunt. En 2001, atteint d'une leucémie, Vladik succombe dans les bras de sa mère. Grâce à leurs communications, Nadine sort peu à peu de son désespoir. Vladik la rassure sur sa vie dans l'au-delà. Il lui livre également des messages destinés à tous les êtres humains, où il explique le sens de l'existence, le pourquoi de la mort et les réalités qui séparent nos deux mondes.

Broché - 14 X 21 - 168 pages - 16 €



Nouveau !



Pour une authentique liberté sexuelle

Jacqueline COMTE

La sexualité demeure tabou, coupable, gênante, honteuse et...rarement heureuse. Il n'y a pas véritable liberté sexuelle puisque nous trébuchons encore sur des lois morales culpabilisant le génital. Pourtant, celui-ci constitue un des deux aspects fondamentaux de la sexualité humaine et le nier ne peut que nuire à notre épanouissement sexuel.

Broché - 14 X 21 - 320 pages - 25 €

Nouveau !

La langue des oiseaux

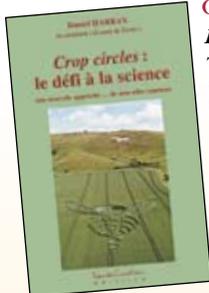
Baudoin BURGER

La langue des oiseaux est la langue des alchimistes qui l'employaient afin d'exprimer un propos transgressif. Jeux de mots, rébus, expressions populaires, sens étymologique ou invention de néologismes, ils s'écartaient à la fois de la norme linguistique et de l'idéologie de ceux qui l'imposaient. Ils montraient un nouveau sens, une nouvelle façon de comprendre la réalité.

Broché - 14 X 21 - 232 pages - 19 €



Nouveau !



Crop circles : le défi à la science

Daniel HARRAN

Tous les ans, dans un grand nombre de pays, les hommes sont interpellés par des figures géométriques qui apparaissent de façon mystérieuse dans des champs de céréales, sans que les cultures soient endommagées. De nombreuses analyses scientifiques menées depuis plus de vingt ans ont conduit à des conclusions très significatives... Plus de 150 photos couleurs.

Broché - 14 X 21 - 240 pages - 24 €

Nouveau !

Le Tarot de Marseille

Michel MORIN

Cette méthode accessible donne des réponses immédiates, claires et précises. Un tableau de lames permet de voir instantanément le climat du tirage. L'auteur attribue une pensée forte, une idée-forme, une courte phrase-clef ainsi qu'une correspondance astrologique à chaque arcane. De nombreux exemples de tirage sont donnés : en croix, des 24 heures, à 22 lames, etc... Inclut les 22 lames majeures en couleurs.

Broché - 14 X 21 - 180 pages - 20 €



Nouveau !



Signé Glenn Gould

Ghyslaine GUERTIN

Les lettres de Gould permettent de révéler les liens privilégiés qu'il entretient avec sa famille, ses amis et ses collaborateurs et de découvrir la pensée et le vécu de l'homme et de l'artiste. Qui est-il en réalité ? Le sens de sa fécondité ne se manifeste pas seulement dans la diversité et le nombre d'œuvres accomplies, mais plutôt dans son processus créateur. Sa correspondance permet d'y accéder.

Broché - 14 x 21 - 22 €

en vente chez votre libraire !



Autre CHOSE

Votre magasin BIO s'agrandit
depuis 1977

*Portes ouvertes
vendredi, samedi
26 et 27 novembre*

*Venez goûter
le nouvel espace...*

*Info et animations :
www.autre-chose.be*

Arrivages frais quotidiens :
Pains, fruits et légumes

Alimentation générale bio

Alimentation diététique

Librairie bien-être

Cosmétiques naturels

Compléments alimentaires

Gemmo, Fleurs de Bach

Huiles essentielles

Produits d'entretien

Snack BIO Vis ta Mine

Bénédicte JOACHIM
Cabinet de Massothérapie

Salle de réunion
Cycle de "dégusto-conférences"

Centre Commercial Kennedy
Avenue Kennedy 1 -1330 RIXENSART
Tél : 02 653 02 01

Ouvert de 9h30 à 18h30
Lundi de 12h à 18h30
Samedi de 9h30 à 18h00

Parking aisé

