

Association



Programme des activités

* 2ème semestre 2009 *

*Soirées « Rencontres & débats »
formations, ateliers,
stages*

Planètesence

le **Bar@thym** 22 place monge (près du Carré Curial) à Chambéry

Tél. 04 79 70 96 40

messagerie électronique : asso@barathym.fr - site internet <http://barathym.fr>

LES ATELIERS

CUISINE Créative en Liberté

Ateliers animés par **Philippe Verjat & Patricia Burlino**.

A l'écoute de vos produits et de votre intention créatrice, nous vous proposons de vous accompagner à l'élaboration d'une entrée, d'un plat et d'un dessert que nous dégusterons lors d'un repas partagé qui sera la synthèse vivante de votre travail et vous repartirez avec les fiches recettes que vous aurez créées vous-même avec le groupe.

9h30: accueil, rencontre du groupe et explication de l'atelier.
9h45: comment allons nous transformer ces beaux produits ?
10h15: formation d'un groupe par préparation et au travail !
12h30: rangement, finitions.
13h00: repas partagé, rédaction des recettes des créations du jour.
12h30: fin de l'atelier

Apporter une livre d'un fruit frais, une livre d'un légume frais de saison, et une demi-livre de céréale; un torchon une blouse et deux de vos couteaux favoris.

Chaque stagiaire peut convier une seule personne de son choix pour le repas dégustation moyennant 7€.

→ **Les samedi 19 septembre, 24 octobre, et 14 novembre.**

La participation est de 25€ par atelier, chacun apporte des produits de saison.
L'atelier sera ouvert à partir de 5, jusqu'à 8 personnes.

CUISINE Vivante « Conseils pour manger sain et équilibré »

Ateliers animés par **Cécile Gaschet**, naturopathe.

Manger selon ses besoins, quand on en a besoin. Équilibrer sa consommation de vitalisants, de protéines, glucides et de lipides. Se libérer des conditionnements et des régimes. Maintenir son poids santé.

Découvrir et raffiner le goût. Apprécier la saveur d'un aliment. Favoriser son équilibre physique et psychique. Cuisiner avec créativité.

* **L'alimentation crue** : comment maintenir ou atteindre "son poids de forme" par une alimentation non dénaturée par la cuisson

→ **Samedi 26 septembre**, de 9h30 à 14h30.

* **La cuisine sans gluten** : comment préparer un repas délicieux et sain sans l'ajout de gluten. En effet, aujourd'hui, de plus en plus d'enfants et d'adultes présentent des intolérances au gluten, entraînant des dysfonctionnements importants sur leur santé.

→ **Samedi 31 octobre** de 9h30 à 14h30.

* **Les bienfaits pour notre santé de la cuisine japonaise** et ses sushis.

→ **Samedi 28 novembre**, de 9h30 à 14h30.

La participation est de 30€ par atelier, tous les produits sont fournis. L'atelier sera ouvert de 5, à 8 personnes.

Constellations Familiales & Karmique ou « Lever le voile »

Ateliers animés par **Muriel Vincent**, Energéticienne, facilitatrice en Constellations.

Un mal-être (physique, psychique) vous empêche d'avancer dans la vie ?

Il se peut que votre vie soit conditionnée par des sentiments, des comportements et/ou des schémas qui ne vous appartiennent pas, ou plus.

Les Constellations Familiales et Karmiques s'inscrivent dans une Dimension Sacrée. Elles mettent en lumière nos propres contradictions et nous permettent de nous en libérer.

Nul besoin de posséder des qualités spécifiques pour être participant, il suffit simplement de vivre, le temps d'une constellation, les sensations de la personne et/ou du symbole représenté et de bénéficier du travail libérateur puisqu'il y a presque toujours résonance avec « ce qui se joue ».

→ **Les samedi 10 octobre, 7 novembre, & 5 décembre 2009** de 14h à 17h.

La participation est de 25€ par atelier.

Atelier Corporel : se détendre, se ressourcer, s'ouvrir à son potentiel

Animés par **Sylvain Poussard**, Osthéo-pathe D.O.

Une heure pour découvrir et dynamiser notre joie de vivre, souffle et énergie à travers différentes techniques corporelles : respiration, étirements et alignement postural, auto-massage, shaking, ...

→ **Tous les mardi** de 20h à 21h.

A tout moment de l'année vous êtes bienvenus pour commencer.
La participation est de 9€ par atelier. Information au 06 75 21 17 40.

ATELIERS DECOUVERTES :

On vous propose de découvrir le travail de certains thérapeutes de manière concrète lors d'une séance individuelle de 20mn. Participation 10 euros par personne : inscription au bar@thym.

* Iridologie & Naturopathie"

avec Cécile Gaschet : Naturopathe.

→ Les samedi 26 septembre, 31 octobre, 28 novembre (à partir de 15h),
ou jeudi 10 décembre (toute la journée).

* Lecture intuitive sur le thème "retour à Soi"

avec Muriel Vincent : intuitive au service de l'âme, énergéticienne.

→ Les samedi 10 octobre, 7 novembre et 5 décembre (le matin).

* La Métakinébiologie

avec Stéphanie Blanc : praticienne en Métakinébiologie.

Vers la connaissance de l'être, la Métakinébiologie est une pratique éducative du développement personnel, une méthode de gestion du stress et de connaissance de soi, douce et non intrusive.

Elle permet la prise de conscience de blocages émotionnels et l'accompagnement de leur libération.

→ Les mardi 29 septembre, 20 octobre, 17 novembre et 15 décembre (de 9h à 16h).

LES FORMATIONS

PLANTES MEDICINALES

Cours animés par **Patricia Combet**.

Formation théorique :

* Le bien-être ostéo-articulaire: phyto et aromathérapie.

→ **Samedi 21 ou lundi 23 novembre** de 14 h à 17 h 30 – Participation : 25€.

Sortie nature : rencontre avec les plantes de l'automne :

Frêne, ronce, alkéenge, noyer, noisetier, bardane ... en se baladant vers les Charmettes.

Utilisation des plantes pour la santé : cure dépurative d'automne.

Recettes à partager : sirop, confitures, tisanes...

--> **Samedi 3 ou lundi 5 octobre 2009** de 14 h à 17 h 30 – Participation : 25€.

Sortie nature : découverte des plantes du printemps :

Pissenlit, ail des ours, lierre terrestre, cardamine, pervenche ... vers Jacob ou St Jean d'Arvey.

Cueillette de plantes sauvages et préparation du repas.

Utilisation des plantes pour la santé : cure dépurative du foie

--> **Samedi 27 ou lundi 29 mars 2010** de 9 h à 17 h – Participation : 50€.

Sortie nature : rencontre avec les plantes de l'été :

Millepertuis, mélisse, tilleul, menthe, serpolet, origan, achillée, aspérule...

Balade vers les Déserts, pique-nique sur place, cueillette pour fabrication d'huiles de massages, sirops,

Utilisation des plantes pour la santé : cure de saison pour améliorer la circulation

→ **Samedi 5 ou lundi 7 juin 2010** de 9 h à 17 h – Participation : 50€.

HUILES ESSENTIELLES « Découvrir et comprendre l'utilisation des huiles essentielles »

Cours animés par **Catherine Alaphilippe**.

Formation en 3 modules (25€ par module) :

- Ⓞ Module 1: Historique, distillation & notions de base
→ **mercredi 18 novembre 2009.**
- Ⓞ Module 2: Les huiles essentielles de l'hiver
→ **mercredi 25 novembre 2009.**
- Ⓞ Module 3: Le Baume des frères: fabrication & indications
→ **mercredi 2 décembre 2009.**

Deux horaires possibles pour chaque cours: journée (**14h30-17h30**) ou soirée (**18h30-21h30**).

ELIXIRS FLORAUX « découvrir et vivre une autre réalité dans les relations »

Cours animés par **Christine Gelot**.

Formation en 3 niveaux composés chacun de 3 cours :

- Ⓞ Niveau 1: Reconnaissance des fleurs et émotions associées. Le corps émotionnel et ses implications dans notre vie quotidienne. Comment choisir ? Bases énergétiques.
→ **les mardi 27 octobre - 3 novembre- 10 novembre 2009 .**
- Ⓞ Niveau 2: Aller plus loin dans l'utilisation et la reconnaissance des élixirs. Comment se décentrer, écouter, sentir et choisir des élixirs pour autrui ?
→ **janvier- février 2010.**
- Ⓞ Niveau 3: Au-delà du connu, rencontres énergétiques avec les humains, les animaux, les plantes, les minéraux etc... Apprendre à tester.
→ **mars- avril 2010.**

Horaires pour chaque cours de **19h30-21h30** – Participation : 25€ par cours.

Horaires possibles en journée sur demande (15h-17h00). Renseignements au 06 70 843 959.

ENNEAGRAMME « à la rencontre de notre construction personnelle et intime »

Cours animés par **Rose & Gilles Gandy**.

« L'Ennéagramme est un outil vieux de plus de 2000 ans, transmis par la tradition orale Soufi. Sa pertinence et sa justesse en font un des outils les plus efficaces pour apprendre à se connaître, pour comprendre les autres, et surtout pour aller, au travers d'une "évolution" de nos personnalités égotiques, vers une vertu que nous sommes tous appelés à développer... »

Formation continue sur l'année scolaire 2009-2010 : un jeudi soir par mois.

→ **Les jeudi 15 octobre, 5 novembre, 3 décembre 2009** : de 19h30 à 21h15 (pour ce 1er trimestre).

Participation : 25€ par soirée + 5€ pour encas à grignoter en communs.

Les activités se déroulent dans les locaux de l'association, au dessus du [Bar@thym](#).

Pour être présent aux activités proposées par l'association, l'adhésion annuelle à l'association est obligatoire pour 7€/an.

Inscriptions au **Bar@thym** : 22 place Monge à **Chambéry** (près du Carré Curial),
ou par téléphone au **04 79 70 96 40**
ou par mail sur asso@barathym.fr

LES STAGES

ELIXIRS FLORAUX « Découvrir et vivre une autre réalité dans les relations »

Animés par **Alain Gelot**, conseiller agréé en élixirs. Formation en 3 niveaux :

- ① Stage niveau 1: Reconnaissance des fleurs et émotions associées.
Le corps émotionnel et ses implications dans notre vie quotidienne.
Comment choisir ? Bases énergétiques.
→ **les 26 et 27 septembre OU les 14 et 15 novembre 2009.**
- ② Stage niveau 2: Aller plus loin dans l'utilisation et la reconnaissance des élixirs.
Comment se décentrer, écouter, sentir et choisir des élixirs pour autrui ?
→ **les 5 et 6 décembre 2009.**
- ③ Stage niveau 3: Au-delà du connu, rencontres énergétiques avec les humains, les animaux, les plantes, les minéraux etc... Apprendre à tester.
→ **printemps 2010.**

Horaires : de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30, le samedi et le dimanche.

Prix: 150 euros. Nombre minimum : 8 personnes.

ELIXIRS MINÉRAUX PRÉCIEUX : Géobiologie Holistique

Animé par **Georges Simon**, créateur des Elixirs minéraux précieux.

À l'instar des élixirs floraux du Dr E.Bach, les préparations énergétiques de pierres et métaux précieux mémorisent et retransmettent les informations- vie sous forme vibratoire.

Ce stage **niveau 1** aborde :

- L'apprentissage du langage vibratoire.
- La reconnaissance par le ressenti du corps énergétique et sa ré-harmonisation.
- L'accompagnement individuel.
- La « spirale du temps » - technique non verbale, mise au point par Georges Simon - Permet d'atténuer l'aspect traumatique et répétitif d'anciens stress dont les traces sont toujours présentes dans le corps énergétique. Ce travail laisse ainsi la place à de nouvelles réalisations.

Ce stage pratique permet à tout thérapeute d'expérimenter l'utilisation des élixirs et ainsi de les intégrer à sa spécialité dès son retour au cabinet.

→ **Vendredi 2 octobre (18h-21h) & samedi 3 octobre 2009 (9h-17h).**

Demandez nous la plaquette détaillée de ce stage. Stage niveau 2 les vendredi 2 & samedi 3 mars 2010.

Prix: 150 euros. Nombre minimum : 8 personnes.

AROMATHÉRAPIE VIVANTE " Le Symbolique rejoint le Scientifique "

Animé par **Michel Rubichon**, conseiller des Arômes du monde.

L'Aromathérapie Vivante propose de sentir plutôt que d'analyser.

Nous découvrirons que chaque Huile Essentielle a une personnalité propre, des vertus thérapeutiques concrètes mais aussi plus subtiles. Elles touchent à différents plans conscients et inconscients de notre être, du bas vers le haut : physique, énergétique, mental et émotionnel.

Nous contacterons chaque HE globalement, sans autres outils que nos propres sens (olfactif, gustatif, tactile, senti,..) pour ensuite faire la relation avec leur usage pratique, plus connu mais très souvent limité.

Nous dresserons pas à pas un portrait sensible de l'Huile Essentielle. Nous comprendrons l'intérêt des différentes voies d'administration (cutanée, aérienne, interne,...), des bonnes proportions à respecter, ainsi que l'intérêt des différentes formes galéniques.

Ce stage s'adresse à toute personne, professionnelle ou non, attirée par la découverte des messages subtils transmis par les arômes des plantes et leur résonance sur l'être humain.

→ **Les samedi 23 & dimanche 24 janvier 2010 : "Les Huiles Essentielles de la sécurité"**

« Le thème de ce stage est de réaliser comment et pourquoi certaines huiles essentielles nous accompagnent pour gérer nos phases d'insécurité. Elles nous apportent leur propre énergie stabilisante. »

Renseignements : contactez David au 04.79.36.25.24 ou david.muscat@wanadoo.fr

La Posturologie

Animée par **Frédérique Bertéa** - Naturopathe, Iridologue, Posturologue.

La posturologie permet de rechercher et de traiter les différentes causes initiales responsables des pathologies de l'appareil locomoteur (hernie discale , lombalgie, fibromyalgie, arthrose, sciatique, cruralgie...) et des pathologies cognitives (céphalée, vertige, fatigue chronique, dyslexie..) par des techniques non invasives qui libèrent les contraintes neuro musculaires et ré-informent la posture.

→ **Mercredi 23 septembre 2009 à 20h.**

Méthode de Libération des Cuirasses : Approche globale du corps par le mouvement d'éveil corporel

Animée par **Christelle Vidal De Verneix** - Kiné, masseur kinésithérapeute.

La MLC® a été créée par la psychothérapeute québécoise Marie Lise Labonté, qui s'est inspirée de son processus d'auto-guérison et de plusieurs années de recherche et d'expérimentation en psychosomatique et énergétique.

Se libérer de ses cuirasses, c'est donc se libérer des conditionnements physiques, mentaux et affectifs qui entretiennent le blocage de l'énergie vitale, c'est en venir à réhabiliter son corps, à retrouver sa vraie nature et son authenticité, à redécouvrir son autonomie et sa liberté d'être.

→ **Judi 1er octobre 2009 à 20h.**

Réflexions sur les vaccinations

Animée par **Alain Perrier**.

Alain Perrier, médecin retraité, nous fait partager son expérience sur les vaccins & les pratiques vaccinales.

→ **Judi 8 octobre 2009 à 20h.**

Les Elixirs PHI Essences : les Dauphins et les Cercles de blé

Animée par **Andréas Korte**.

En 1991 Andréas Korte crée le premier élixir de la vibration sonar des dauphins (mesuré à 15.000Hz).

Grâce à ses recherches intuitives menées depuis 1984 il met au point une nouvelle manière de faire pour la préparation des élixirs. Les vibrations sont conduites grâce au cristal directement dans l'eau, les animaux comme les plantes sont alors totalement respectés.

Inspiré par la recherche des dauphins il a commencé en 1996 à garder les informations multi-dimensionnelles des formations qui apparaissent dans les champs à différents endroits du monde, connues sous le nom de cercles de blé. Depuis de nombreuses recherches ont montré leur efficacité ; ils nous ouvrent des portes vers une guérison d'une nouvelle dimension...

Les 2 & 3 Octobre 2010 PHI organise le congrès International de la Thérapie Floral à Lisbonne "The new Dimension of Healing"

→ **Vendredi 16 octobre 2009 à 20h.**



Rayonnements électromagnétiques et santé

Animée par **Philippe Perrin** (éco-infirmier).

Les téléphones portables, les lignes hautes tensions, les champs électromagnétiques émis par les appareils électroménagers, les fours micro-ondes, les bornes Wifi... Où en sommes nous sur la connaissance des risques ? Quels moyens de protection mettre en place ?

→ **Judi 29 octobre 2009 à 20h.**

Accouchement à domicile

A domicile, la mère accouche dans un environnement matériel et humain qui lui est familier, ce qui joue pour certaines femmes et hommes le rôle rassurant que la structure spécialisée peut jouer pour d'autres. Un accouchement à domicile peut être organisé, assisté par une sage femme, voire un médecin.

Conférence animée par **Gisèle Piroit**, sage femme depuis 17 ans et qui accompagne les naissances à domicile depuis 11 ans. Elle vous parlera de son expérience de l'accouchement à domicile et pourra répondre à vos questions.

→ **Judi 19 novembre 2009 à 20h.**

" Vertige et phobie. Comment se libérer du vertige "

Par **Patrick Thias Balmain**, créateur de l'approche Glisse Intérieure et de la méthode stop vertige. Formateur et enseignant, professionnel du ski et de la montagne
Auteur aux éditions Souffle d'Or des livres "La glisse intérieure" et "comment se libérer du vertige"

- Qu'est-ce que le vertige ?
- Comment lâcher les représentations erronées, les fixations troublantes ?
- Comment reprendre contact avec notre propre corps ?
- Comment s'installer dans une relation équilibrante et équilibrée avec soi-même et le monde qui nous entoure ?

(Patrick organise des week ends "stop vertige" sur le terrain : thias@inner-glide.com)

→ **Judi 26 novembre 2009 à 20h.**

La conception naturopathique de la maladie: l'importance du terrain

Animée par **Laurent Levrot**, naturopathe.

« En naturopathie toutes les maladies sont considérées comme des manifestations différentes d'un seul et même trouble. Ce dénominateur commun, ce mal profond dont résultent tous les autres, réside au niveau du terrain »

→ **Judi 10 décembre 2009 à 20h.**

Participation aux conférences : **5€** (3€ pour les adhérents à l'association).

La salle accueille 50 places assises, il est préférable de vous inscrire au **Bar@Thym**
22, place Monge **73000 Chambéry**, ou par téléphone 04.79.70.96.40,
ou par email sur asso@barathym.fr

