

le bar@thym

Programme pour ce mois de février

Jeudi 4 février à 20h, soirée « rencontres & débats » : Les fonctions d'auto-régénération de l'organisme

Les fonctions d'auto-régénération de l'organisme : comment optimiser et **préserv**er la **santé globale de la personne** en renforçant ses défenses immunitaires et en privilégiant le processus d'**auto-guérison de l'organisme**.

Animée par **Alain Perrier** (médecin homéopathe).

Jeudi 18 février à 20h, soirée « rencontres & débats » : L'héritage Transgénérationnel : Comment ça marche ?

En naissant dans une famille nous entrons dans un système qui comporte ses liens affectifs, ses modes relationnels, ses croyances, ses lois et ses secrets. Ensemble, nous verrons comment fonctionnent ces mémoires et les techniques destinées à nous libérer de leur emprise négative ou limitante.

Animée par **Bernard MOLLIEUX**, thérapeute psycho-corporel.

Lundi 22 février à midi : Atelier Déjeuner « les algues »

animé par **Cécile Gaschet**, naturopathe.

Sur réservation, à partir de midi, venez déjeuner "malin" au bar à thym

(dans les locaux de l'association, au dessus du restaurant le bar@thym) :

chaque mois, vous découvrirez un thème différent; votre menu complet à 20 euros :

En apéritif : **Tartare d'algues** et son kir ou son jus de fruit

Plat principal : **Sushis**

En dessert : **Rêve d'orient** à base d'agar aga

Jeudi 4 mars à 20h, soirée « rencontres & débats » : Le massage pour bébé, le massage école pour les enfants

« Idéalement, le **massage** devrait être présent à toutes les étapes de la **vie**. Que ce soit dans un cadre **familial** ou **scolaire**, l'enfant bénéficiant d'un massage régulier et respectueux va se sentir reconnu, être plus **calme**, se concentrer plus facilement, se comporter avec **plus de douceur** avec son entourage, mieux **dormir** ... »

Animée par **Sophie Willickond** Instructrice certifiée en massage pour bébé (AFMB) et massage école (AFME) (enfants de 4 à 12 ans), viendra vous informer sur le massage pour bébé et le massage pour les enfants.

Lieu : L'herberie – Restaurant 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>

SEANCES DECOUVERTES :

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

* **Les jeudis (9h15-18h00) : La Métakinébiologie - vers la connaissance de soi** avec **Stéphanie Blanc** : praticienne en Métakinébiologie et Brain Gym,

Techniques corporelles éducatives issues de la kinésiologie.

La Métakinébiologie® est avant tout une méthode éducative de gestion du stress qui donne accès avec une extrême rapidité aux mémoires conscientes, subconscientes, inconscientes, cellulaires et holographiques du corps grâce à un test neuro-musculaire de précision.

Cette connaissance n'est pas extérieure à l'individu, mais elle s'impose de l'intérieur par "le ressenti immédiat" que procure le test. La pratique du test est simple et rapide.

Les résultats sont clairs, précis et explicites.

La Métakinébiologie® permet de :

- Donner accès aux émotions, aux ressentis.
- Donner accès aux dates, aux "moments" déclencheurs des difficultés psychologiques ou traumatiques.
- Révéler le caractère spécifique d'un événement, la coloration d'une situation.
- Evaluer le niveau de stress, le poids d'une charge émotionnelle.
- Accompagner la remontée des mémoires enfouies.
- Rechercher des informations, de découvrir des éléments indispensables à une mise en conscience qui passe par le corps, amenant à la libération.
- Transformer des schémas négatifs.
- Rééquilibrer le système psycho-cérébro-organique.

* **Lundi 1er février : Psychothérapie**

avec **Mathilde Poisson** : praticienne en psychothérapie.

Il s'agit d'une proposition **d'accompagnement**, dans un objectif de changement, et/ou dans un processus d'évolution personnelle.

L'approche thérapeutique combine différentes méthodes : l'interprétation des rêves, le rêve éveillé, l'hypnose, le conte thérapeutique, et se base naturellement sur le vécu et le ressenti de la personne.

* **Jeudi 4 février : Art traditionnel d'acupression – massage assis AMMA**

avec **Chantal Arnould**. Découverte du massage assis, habillé.

* **Samedi 13 février : Écoute Intuitive**

avec Muriel Vincent : Intuitive au service de l'âme.

- « Notre futur se crée à chaque instant selon le regard (inconscient ou conscient) que nous portons en toutes choses dans notre vie quotidienne. Entrons dans une compréhension aimante sur ce qui nous habite pour transformer notre réalité »

* **Jeudi 18 février : Iridologie & Naturopathie"**

avec Cécile Gaschet : Naturopathe.

La séance découverte est un aperçu de l'univers thérapeutique proposé.

activités organisées par l'association *Planèteessence*

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>