

# Programme des activités Faire le point du samedi 28 décembre 2019 au mercredi 1er janvier 2020

**Ce programme peut être encore complété  
et modifié d'ici le début de la rencontre.**

Trois ateliers sont proposés en même temps pour la durée annoncée, il n'est possible d'en suivre qu'un seul.

## Samedi 28 décembre

**10h00 - 11h00**

**- Prendre la responsabilité de nos émotions avec Odile Reynard (Conférence)**

Un chemin vers l'autonomie : une mission de vie. Pourquoi prendre la responsabilité de nos émotions ? Quel en est le bénéfice ? Qu'est-ce qu'une émotion ? Est-ce qu'elles nous sont bénéfiques ?

**- Quel est le sens de notre vie ? avec Gheorghe Anton (Conférence)**

L'homme, en tant qu'esprit, est descendu sur la Terre pour s'améliorer et se perfectionner, afin d'atteindre un jour l'idéal proposé par le Christ.

**- Libérer les tensions du corps par le mouvement et le chant spontané avec Véronique Spring (Atelier)**

Découvrir l'intelligence de notre corps qui sait parfaitement quoi faire pour dénouer les tensions, s'assouplir, s'étirer, retrouver de l'énergie. Une expérience sensorielle pour apprendre à faire "un" avec notre corps et notre respiration.

**11h30 - 12h30**

**- Quelle est notre vocation profonde avec Marie-France de Meuron (Atelier)**

Écoutons l'appel qui vient du plus profond de nous. Pour cela développons notre réceptivité et soyons vigilants aux éléments qui font obstacle sur notre chemin de l'écoute.

**- Rune et astrologie avec Bruno Hofstetter (Atelier)**

Les runes sont étroitement liées au chamanisme nord européen. Chaque une des 24 runes du jeu de runes appelé "Futhark", est une messagère qui catalyse une énergie et délivre soit un enseignement, soit un message.

**- Notre mission de vie est-elle inscrite dans notre aura ? avec Chinta B. Strübin (Atelier)**

Nous approcherons notre vraie aura par une méditation guidée, puis nous regarderons dans le miroir de l'âme (117 flacons bicolores contenant les énergies de la couleur, des plantes et des cristaux) pour tenter de pressentir notre mission de vie au travers du reflet qui nous est renvoyé.

## Repas 12h30

### 14h00 - 15h30

#### - **Exploration consciente du mouvement avec Maryse Anctil** (Atelier)

Découvrez des mouvements d'éveils corporels avec la Méthode de Libération des Cuirasses. Retrouvez la liberté de vous exprimer corporellement et d'habiter pleinement votre corps.

#### - **Que voulons-nous accomplir ? avec Marie-France de Meuron** (Atelier)

Faisons connaissance de ce qui nous anime et cherchons à savoir d'où nous partons, avec quelle intention, quels instruments, à partir de quelles expériences. Il ne sert à rien de viser un objectif séduisant sans tenir compte de qui je suis et comment je m'habite.

#### - **Voyage chamanique avec Bruno Hofstetter** (Atelier)

La pratique du voyage chamanique demande discipline, concentration et résolution. Entamer et poursuivre un voyage chamanique est essentiellement une question d'attention, d'intention, de confiance et de lâcher prise.

### 16h00 - 17h30

#### - **Les entités : fonctionnement et réincarnation avec Manu Tlaloc** (Atelier)

#### - **Concert et activation de l'axe de la mission d'âme avec Sandrine Chenevas & Bruno Martinez** (Atelier)

Concert de calices, harpe & didgeridoo avec une méditation vibratoire sur le pouvoir de votre intention qui est magnifiquement amplifié par le son cristal et la vibration de votre conscience éveillée. Une transmission énergétique de l'axe & la fréquence de votre mission dans la lumière et l'amour.

#### - **Tantra, la connexion au coeur de l'être avec Pascal Pointaire** (Atelier)

Comment entrer en contact avec le centre de soi et le centre de l'autre : un seul coeur. Pratique du mouvement spontané Latihan. Connexion consciente par le regard et par le toucher.

### 18h00 - 19h30

#### - **Découverte de la métamorphose avec Silvia Zuccatti** (Atelier)

Oser se détacher de tout pouvoir et contrôle pour laisser sa propre force de vie se déployer. Donner, recevoir, apprendre par des gestes simple comment retrouve la paix.

#### - **Les Auras, développer ses perceptions : pour une approche énergétique du monde avec Sophie Mégard** (Atelier)

#### - **Ouvrir les bras à l'amour grâce à l'effet miroir avec Fabienne Loviat** (Atelier)

Des exemples concrets et des exercices simples pour nous voir, mieux nous comprendre et grandir au travers de l'autre et des situations de la vie.

## Repas 19h30

### Soirée 21h00

#### - **De l'observateur ordinaire à l'observateur extraordinaire qui se transforme avec Odile Reynard** (Atelier)

Comment reconnaître et accueillir nos émotions pour les transformer en force du coeur et faire des choix conscients qui sont bons pur soi ?

**- Cérémonie de rupture des chaînes : l'accord avec les entités avec Manu Tlaloc** (Atelier)

**- L'aventure héroïque ou comment réaliser sa mission de vie avec Stéphane Jeanmairet** (Atelier)

Entrer dans la mise en pratique de l'aventure héroïque de manière ludique et collaborative.

## Dimanche 29 décembre

**Activité d'éveil 8h00**

**Petit déjeuner 8h30**

**9h30 - 10h30**

**- Pourquoi il est temps aujourd'hui de s'éveiller au féminin sacré ? avec Martine Berger** (Conférence)

Permettre aux femmes d'accéder au féminin sacré leur offre la possibilité de s'épanouir pleinement, de ressentir de célébrer leur puissance et leur liberté d'être. C'est un chemin de libération des croyances limitantes et enfermantes.

**- Comment se nettoyer des énergies lourdes ou négatives avec Manu tlaloc** (Atelier)

**- Enfin vivre ma vie : Introduction au "Life Path Processus" par Céline Guérin** (Conférence)

Que signifie être sur son chemin de vie optimal ? Quels sont les blocages et résistances qui nous empêchent de le vivre ? Comment manifester notre réalité ?

**11h00 - 12h30**

**- Yoga du rire avec Maryse Anctil** (Atelier)

Redécouvrez votre rire d'enfant, l'élan de vie de votre âme enfouie au coeur de vous-même. Au programme : rire, jeux ludiques, étirements, respirations, détente.

**- Les danses tournantes : vivre dans le flot de la vie avec Sophie Mégard** (Atelier)

**- Trouver sa mission de vie par Mathieu Levrat** (Conférence)

Présentation de 6 clés, au niveau mental, au niveau du coeur et au niveau spirituel, pour se connaître en profondeur et définir sa mission de vie, ou sa raison de vivre.

**Repas 12h30**

### **14h00 - 15h30**

#### **- Tantra, spiritualité incarnée : La tête dans les étoiles et les pieds sur terre avec Martine & Roger-Michel Berger (Conférence)**

Souvent la spiritualité s'est vue limitée à l'esprit, indépendamment de la matière. Le tantra nous propose une spiritualité incarnée en célébrant la noblesse du corps. Il mobilise le corps par différentes pratiques utilisant le souffle, la voix et le mouvement pour nous relier à qui nous sommes vraiment, à l'autre et à ce qui nous dépasse. Il permet ainsi d'unir notre couronne, notre cœur et notre racine pour éveiller cette flûte intérieure qui les relie.

#### **- Vivre selon son chemin de vie optimal avec Céline Guérin (Atelier)**

Cet atelier est basé sur des visualisations et des techniques de résolution de traumatismes.

#### **- Comment réaliser sa mission de vie grâce au processus de l'aventure héroïque avec Stéphane Jeanmairet (Conférence)**

Lorsque nous voulons réaliser notre mission de vie à travers un projet qui nous dépasse, il existe un processus évolutif et spirituel qui garantit sa réussite.

### **16h00 - 17h30**

#### **- Découvrir notre mission de vie à travers l'étude de la biographie par étapes de 7 ans avec Odile Reynard (Conférence)**

A différents âges, très précis, nous pouvons découvrir notre mission de vie.

#### **- La peur n'empêche pas de mourir par contre elle empêche de vivre avec Bruno Hofstetter (Atelier)**

Ce cercle de tambour nous propose d'aller à l'exploration de cette citation. La peur c'est quoi ? A-t-elle une utilité ? Et finalement visualisons là, car lorsque l'on a la connaissance, on a la maîtrise.

#### **- Aller vers la vie qui vous correspond avec Mathieu Levrat (Atelier)**

Enseignement et exercices pratiques pour se rapprocher de plus en plus de la vie qui vous correspond et qui vous inspire. Comment utiliser vos valeurs, vos émotions, votre cœur, votre intuition et vos inspirations pour petit à petit vous rapprocher de la vie qui est vraiment la vôtre.

### **18h00 - 19h30**

#### **- Aller au-delà des croyances avec Fabienne Loviat (Atelier)**

Dénichons les croyances qui nous empêchent d'avancer pour les laisser partir et choisissons dans le moment celles qui nous font grandir.

#### **- Pour aller plus loin, il faut savoir où on est et qui on est avec Linda Orr (Atelier)**

Un atelier pratique pour découvrir notre niveau de bien-être actuellement et s'ouvrir aux chemins qui pourraient se proposer à nous.

#### **- Libérer les tensions du corps par le mouvement et le chant spontané avec Véronique Spring (Atelier)**

Découvrir l'intelligence de notre corps qui sait parfaitement quoi faire pour dénouer les tensions, s'assouplir, s'étirer, retrouver de l'énergie. Une expérience sensorielle pour apprendre à faire "un" avec notre corps et notre respiration.

### **Repas 19h30**

## Soirée 21h00

### - **Pratique du massage global unifiant pour le dos avec Pascal Pointaire** (Atelier)

Introduction à un massage relaxant et apaisant. Douze modalités du toucher répondant aux différents besoins de contact du corps et de l'âme.

### - **Yoga du son avec Alain Besson** (Atelier)

Le yoga du son est un art proposant l'étude de la musique comme outil de connaissance de soi. Un moment d'étude pour vivre le rapport étroit entre les sons et le corps en donnant une attention particulière à l'aspect thérapeutique de cette puissante pratique millénaire.

### - **Méditation guidée pour rencontrer son guide intérieur avec sophie Mégard** (Atelier)

## Lundi 30 décembre

### Activité d'éveil 8h00

### Petit déjeuner 8h30

### 9h30 - 10h30

#### - **Exploration consciente du mouvement avec Maryse Anctil** (Atelier)

Découvrez des mouvements d'éveils corporels libre. Connectez-vous à votre mouvement de vie, à votre mission de vie. Exploration avec le dessin et la danse.

#### - **Le Jeu de la Transformation avec Eliane Alonso** (conférence)

Un jeu pour apprendre à se connaître, progresser dans un processus, comprendre ce qui nous limite.

#### - **Retour à la simplicité avec Véronique Spring** (Atelier)

Un moment de partage et d'échange sur le thème de la simplicité. Peut-on ne pas chercher à avoir une mission de vie et être néanmoins en harmonie avec la vie ?

### 11h00 - 12h30

#### - **Les rochers qui s'entrechoquent avec Bruno Hofstetter** (Atelier)

Imaginez-vous un couloir, un passage obligé que vous devez traverser. Dans le passage des énormes rochers, comme suspendus dans les airs, balancent et s'entrechoquent de manière aléatoire, rendant la traversée compliquée voir dangereuse. Cet atelier vous propose, au travers de cette expérience vécues dans la réalité non ordinaire, de trouver votre stratégie pour passer les écueils.

#### - **Gamme Chromatique des senteurs avec Claire Blanche** (Atelier)

L'atelier propose un plongeon à l'intérieur de soi à travers la gamme chromatique déclinée en parfums naturels à base de plantes. L'olfaction est un sens méconnu permettant une connexion directe avec notre cerveau limbique, siège des mémoires et de l'inconscient, aussi appelé cerveau émotionnel.

**- Marche silencieuse en forêt avec Silvia Zuccatti (Atelier)**

Se connecter à sa vraie nature, écouter l'amour vivant dans le cœur de ce qui est. Abandonner le passé en respirant le moment présent.

**Repas 12h30**

**14h00 - 15h30**

**- Qui désire le miel doit supporter la piqûre de l'abeille avec Bruno Hofstetter (Atelier)**

Epreuves ! Fatalité ? Destin ? Pourquoi ? Ce cercle de tambour, au travers d'un conte philosophique, et l'enseignement des runes vous propose d'aller explorer en quoi nos épreuves nous mènent à maturité.

**- Thérapies de lumière : Test du dispositif thérapeutique à ondes scalaires avec Dr Anaïs Blic (Atelier)**

**- Missions de vie : Et si on arrêtait de se mettre la pression avec Fabienne Loviat (Conférence)**

Et si notre véritable mission de vie était simplement de vivre notre humanité en nous aimant exactement comme nous sommes.

**16h00 - 17h30**

**- Aromathérapie : les huiles essentielles pour bien passer l'hiver avec le Dr Pascal Pointaire (Atelier)**

La prévention des infections et leur traitement est un grand domaine de l'aromathérapie.

**- Le but de notre vie physique est de servir notre vie spirituelle avec Dolores Francey (Atelier)**

Quel est le sens de notre vie d'un point de vue spirituel. Comment découvrir les buts que nous nous sommes fixés avant notre incarnation.

**- Ressenti de lieu, développer l'écoute fine de son lieu de vie avec Joëlle Chautems (Atelier)**

**18h00 - 19h30**

**- Eloge de la grâce : Voie de la voix avec Alain Besson (Atelier)**

Bilan corporel, étude rythmique, sciences de la respiration, étude du chant et du mouvement.

**- Notre mission de vie est-elle déterminée par l'héritage génétique, culturel et familial avec Chinta B. Strübin & Visarjana R. Gaensslen (Atelier)**

Au cours de cet atelier, nous utiliserons la méthode des constellations familiales selon Hellinger pour mieux discerner notre vie potentiel et au besoin, nous libérer des empreintes familiales et sociétales.

**- Ma mission de vie avec Véronique Spring (Atelier)**

Venez l'imaginer, l'écrire, la dessiner, la peindre, imprégnez-vous de ses vibrations, puis, si vous le souhaitez, venez la danser, la chanter, la mimer, la célébrer à votre manière.

**Repas 19h30**

## **Soirée 21h00**

### **- Le Jeu de la Transformation avec Eliane Alonso (Atelier)**

Un espace de jeu et de développement personnel. Chaque participant définira un objectif personnel qu'il partagera avec le groupe. Puis nous entamerons la partie.

### **- Soirée méditative aux bols chantants avec Silvia et Sophie (Concert)**

Une invitation à se rencontrer, se laisser Etre, s'éveiller au coeur de soi

### **- Résines et encens : apprendre à purifier son lieu avec Joëlle Chautems (Atelier)**

## **Mardi 31 décembre**

### **Activité d'éveil 8h00**

### **Petit déjeuner 8h30**

### **9h30 - 10h30**

#### **- Comprendre les lois universelles et les utiliser pour notre protection par Dolores Francey (Conférence)**

Certaines lois, vérifiables de nos jours, ont existé de tout temps. Comprendre ces sagessees anciennes permet d'avancer dans la vie avec confiance.

#### **- Thérapies de lumière avec Dr Anaïs Blic (Conférence)**

#### **- Ouvrir les bras à l'amour grâce à l'effet miroir avec Fabienne Loviat (Atelier)**

Des exemples concrets et des exercices simples pour nous voir, mieux nous comprendre et grandir au travers de l'autre et des situations de la vie.

### **11h00 - 12h30**

#### **- Tantra énergétique : Vitalité par le mouvement, le souffle et les sons avec Pascal Pointaire (Atelier)**

Les pratiques tantriques permettent de retrouver vitalité et spontanéité. Propositions à expérimenter en solo et en duo, visant à l'activation de la kundalini.

#### **- Sculpter le corps en musique avec Alain Besson (Atelier)**

Nous apprendrons comment sculpter notre propre corps avec tous les moyens dont nous disposons : pensées, sentiments, exercices, visualisation, respiration. Ayant compris que nous sommes avant tout vibration, nous modèlerons notre apparence physique en adoptant certains choix et pratiques musicales.

#### **- Tui Shou : Vers la bonne distance relationnelle avec Séverin Berz (Atelier)**

Le Tui Shou, aussi appelé « pousser des mains », est utilisé traditionnellement dans le Tai Chi et d'autres Arts martiaux. Il favorise l'ancrage, l'écoute et la conscience de soi dans la relation à l'autre et à l'espace. Cette pratique permet d'apprendre à maintenir le lien et le mouvement tout en restant détendu et en équilibre.

## Repas 12h30

### 14h00 - 15h30

#### - **Le Jeu de la Transformation avec Eliane Alonso** (Atelier)

Un espace de jeu et de développement personnel. Chaque participant définira un objectif personnel qu'il partagera avec le groupe. Puis nous entamerons la partie.

#### - **Tandava : Yoga du Cachemire avec Séverin Berz** (Atelier)

Ce yoga aussi appelé Tandava, la danse de Shiva est basé sur l'effort minimal, le mouvement spontané, le lien à l'espace et la fluidité émotionnelle. La pratique se fait en trois parties, elle unit l'assise méditative et le mouvement. C'est un yoga sans postures.

#### - **Moksha, libération émotionnelle avec Frédéric Basset & Laure Dussuet**

(Atelier)

Nous ne savons plus exprimer nos émotions. Nous les retenons à l'intérieur. Nous les mettons en bouteille, sous-vide. Dans cet espace où elles ne peuvent pas s'échapper, nous allons ouvrir le champagne pour ce dernier jour de l'an.

### 16h00 - 17h30

#### - **Méthode de libération des blocages par acupressure avec Pascal Pointaire**

(Atelier)

Introduction pratique à une méthode simple et efficace pour libérer les blocages physiques et psychiques. Présentation de trois séries de points dorsaux pour traiter d'autres personnes et sept paires de points pour se traiter soi-même.

#### - **Organiser son année 2020 en conscience avec Munisha Simon Cantin**

(Atelier)

Utiliser notre sagesse, notre intuition et nos valeurs pour aligner nos actions en direction de nos aspirations et de ce qui est vraiment important pour nous.

#### - **La paix commence avec soi-même, pour le plus grand bien de tous avec**

**Silvia Zuccatti** (Atelier)

### 18h00 - 19h30

#### - **Gamme Chromatique des senteurs avec Claire Blanche** (Atelier)

L'atelier propose un plongeon à l'intérieur de soi à travers la gamme chromatique déclinée en parfums naturels à base de plantes. L'olfaction est un sens méconnu permettant une connexion directe avec notre cerveau limbique, siège des mémoires et de l'inconscient, aussi appelé cerveau émotionnel.

#### - **Utiliser son pouvoir de manifestation pour 2020 avec Dolores Francey**

(Atelier)

Nous allons nous connecter avec la source et apprendre à manifester ce que nous désirons.

#### - **Hang Music : Méditations sonore avec Séverin Berz** (Atelier)

L'atmosphère subtile produite par l'instrument, l'attention du musicien au moment présent et à l'énergie des participants induisent naturellement un état de détente. Avec un corps plus libre, la musique est vécue de manière de plus en plus sensorielle et le corps se détend encore plus....dans un cercle continu comme le rythme de la musique.... Cette sculpture sonore crée des sons à la fois doux et rythmés, vivifiants et apaisants par le mélange de basses profondes et de subtiles notes aériennes.

## Repas 20h00

**Vers 22h30 Soirée du Réveillon**

**24h00 Soirée dansante**

## **Mercredi 1er janvier**

**Activité d'éveil 8h00**

**Petit déjeuner 8h30**

**10h00 - 11h30**

**- Le massage Chakunda avec Pascal Pointaire (Atelier)**

Ce massage des chakras intègre les connaissances millénaires des traditions de l'Inde et de la Chine. Il favorise une harmonisation globale de l'être et une augmentation de l'énergie vitale. Ce massage s'effectuera au sol, sur les vêtements ou sur la peau.

**- Se connecter à la source de l'amour universel avec Silvia Zuccatti (Atelier)**

S'auto-guérir, prendre soin de l'autre par imposition des mains ou à distance c'est possible grâce à la puissance de l'amour vivant.

**- Mon âme me dit : marchons ensemble : Apprenons à l'écouter et à vibrer avec elle avec Frédéric Basset & Laure Dussuet (Atelier)**

Commençons l'année en posant l'intention d'être unis à elle, de s'autoriser à suivre son chemin, même si cela est parfois fou, incompréhensible, si cela nous demande de sortir de nos zones de confort.

**12h00 Fin de la rencontre**