

www.agendaplus.be

Bien avec soi, mieux avec le monde l

écouter le SILEMEE

cditeur responsable : Jean Annet • Rue du Rondia, 16 • 1348 Louvain-la-Neuve • Bureau de dépôt : Bruxelles X P801315

- ♣ Communication NonViolente
- 🖶 Huiles & corps gras
- -- Aphrodisiaques naturels
- 🚽 éco-shopping des fêtes !



ÉDITION

ARPEGE Média Sprl Rue du Rondia, 16 1348 Louvain-La-Neuve. Tél. 010 45 77 05 Fax: 010 45 00 19 Compte n°360-1162751-18

COURRIEL

info@agendaplus.be

SITE

www.agendaplus.be

RÉDACTION

Rédacteur en chef : Olivier DESURMONT olivier@agendaplus.be

Responsable Dossier : Marie-Andrée DELHAMENDE

Ont collaboré à ce n°203 : loanna Del Sol, ainsi que de nombreux organisateurs.

PUBLICITÉ

010 48 95 56 • 0495 103 230 publicite@agendaplus.be

ADMINISTRATION FT COMMUNICATION

Isabelle DESPEYROUX Tél. 010 45 77 05 Fax: 010 45 00 19 isabelle@agendaplus.be

TIRAGE

40.000 exemplaires Imprimé sur papier 100% recyclé

EDITEUR RESPONSABLE

Jean ANNET jean@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, médecins homéopathes et médecins.

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

Photo de couverture : © Eléonore H - Fotolia.com







quand le Silence écoute...

our cette édition de fin d'année, nous avons souhaité consacrer notre article principal au thème du silence. Le silence est la trame du monde. Derrière chaque bruit, entre chaque mot, il est là. Il ne dépend de rien d'autre que de lui-même. Il est ce qui nourrit la parole et ce vers quoi elle revient. Lorsque le silence se déploie dans le monde, il prend mille et une formes. Les formes peuvent avoir le goût du silence, mais ne sont pas lui. Elles n'en sont que le messager. Car le silence n'est pas à confondre avec ses expressions. Elles en sont le prolongement, comme la vaque est le prolongement de l'océan. Le silence véritable n'est pas le vide ou l'absence de bruit, mais une plénitude-présence. C'est le Silence de la Conscience elle-même qui ne peut être objectivé. Le Silence véritable est libre du devenir, libre d'histoire, constamment égal à lui-même. Il est le coeur de toute expérience mystique, ce vers quoi tendent toutes les religions et les traditions spirituelles. Il est simplement là, en filigrane de toute chose, présent à l'insu de tous. Une des plus belles clefs de transformation intérieure réside dans notre attention à ce Silence. En développant notre vigilance, chaque aspect de notre vie peut véritablement devenir la porte par laquelle nous pouvons devenir conscient de cette Présence-Silence qui écoute le monde à travers nous...

Olivier Desurmont

air du temps	5
à méditer	7
approche nouvelle : Ecouter le silence	8
avant-première :	
- «Bernard Montaud en intimité», film-rencontre.	21
- Bernadette Blin, Michel Cassé	23
- Mira Chaar	
- Lydia Flem	
alternative mieux-vivre : La Communication NonViolente	
alimentation naturelle : Huiles et autres matières grasses	33
atouts santé : Les aphrodisiaques naturels	
au jour le jour [agenda conférences]	41
actualités positives	
agenda des activités [ateliers, stages, cours, formations]	
autant savoir	
avant-goût des fêtes - éco-bio-shopping	
annonces classées	
à écouter & à regarder	
à lire	
abonnement & grille annonces classées	



PLEIN DE VITALITE!

Vaisseaux propres-Circulation optimale
Une garantie de salubrité
Cholesterol au bon niveau
Vitalité à tout âge







SANTUREL INTER Santé et vitalité au premier plan

Zeelse Baan 14 • 9200 Dendermonde Tél.: 052 52 07 38 • Fax: 052 52 04 58 order@santurel-inter.com • www.santurel-inter.com

«Le silence est le plus haut degré de la sagesse.»

[Pindare]

Prix plafonnés pour l'énergie ?

Paul Magnette, Ministre de l'Energie, a lancé la proposition d'une vente de l'électricité à des prix fixés par les autorités publiques. Il propose une période de transition de 3 ans, pendant laquelle l'Etat régulera les tarifs.

Pour rappel, en une année, les prix de l'électricité ont augmenté de 21,2 % et ceux du gaz de 50 %. Plus concrètement, le Belge paie aujourd'hui une moyenne de 2.000 € par an pour son énergie : 1.000 € pour le chauffage, 400 € pour l'éau chaude et 600 € pour l'électricité.

La proposition de régulation n'est pas sujette à discorde de la part de l'administration européenne. D'aucuns remarqueront que cette mesure limite la compétition entre les fournisseurs d'énergie même si, finalement, celle-ci n'a jamais fonctionné comme prévu lors de la libéralisation du marché. Ce nouveau système doit permettre au consommateur de ne plus être victime de hausses des prix injustifiées sur le marché.

[Source: CRIOC]

Le chiffre du mois...

«1.226» Il s'agit du nombre d'espèces d'oiseaux en «danger critique d'extinction», estimé par l'Union mondiale pour la nature [IUCN] sur 9.856 espèces recensées, soit un oiseau sur huit! A cela s'ajoutent 835 espèces d'oiseaux «presque menacées». Les causes sont connues: la déforestation intensive, la dégradation de l'environnement, la compétition avec des espèces exotiques envahissantes et le changement climatique.

Bio-Wallonie!

Empreinte aquatique

Certains gaspillent l'eau pendant que d'autres en manquent. Changeons nos comportements pour créer un monde meilleur ! Calculons notre empreinte aquatique via le site http://environnement.wallonie.be
Nous y découvrirons notre impact personnel sur la consommation d'eau dans le monde et les bonnes pratiques à adopter, à notre niveau, pour économiser l'eau...

«Tailleurs d'énergie»

Nous savons que notre logement pourrait être amélioré pour soulager la planète [et notre portefeuille] et on pourrait tous faire des petits travaux qui permettraient de réduire l'impact de notre bâtiment sur l'environnement : isoler les conduites d'eau,

placer des panneaux isolants derrière les radiateurs, stopper les courants d'air, équiper les WC et robinets de systèmes économi-

nets de systemes economiseurs d'eau, aménager un compost... Mais voilà, nous n'avons pas le temps ou nous ne sommes pas assez bricoleur... Plus d'excuses! Les «Tailleurs d'énergie» proposent de réaliser ces

proposent de réaliser ces petits travaux pour la modique somme de 15 € htva/heure [hors

matériaux]. Développée par l'asbl *Racynes*, partenaire de *Cynorhodon* et *Soleil Vert*, cette initiative vise à proposer des emplois à des personnes habituellement exclues du marché de l'emploi. Que demandez de plus ?

Infos: 0478 73 18 23 & www.racynes.be

Vous cherchez un cadeau original et respectueux de l'environnement ? Offrez un panier cadeau composé de produits bio Wallons ! Après le succès de l'an dernier, BioForum Wallonie lance la campagne «Offrez la Wallonie, version Bio». Les commerçants participant à l'action [plus d'une centaine] s'engagent à proposer des paniers composés d'un maximum de produits bio issus de Wallonie. Infos & points de

ventes : www.paniercadeaubio.be [à partir du 1/12].

O.D.



Développez l'Essence Relationnelle 08, 09 décembre

Magnifiez l'Estime de Soi

Magnifiez sa Vie Loi d'attraction / Rire / EFT 12.13.14 décembre 22, 23, 24 janvier



Infos et inscriptions:

www.souffledesucces.be

Grégory Wispelaere



0497 706 248



gregory@souffledesucces.be

Olivier SOULIER



PROGRAMME 2008-2009 à Bruxelles

5 journées d'ateliers pratiques en coanimation avec Michèle Glorieux

> 18 déc. '08 - 5 fév. - 16 avril 14 mai - 25 iuin '09

Pour vivre et appliquer les ressources des codes et des symboles

«Clés, codes, symboles» 30 - 31 janvier et 1er février 2009

Tout a un sens, tout nous parle du fond de notre être pour nous guider sur notre route, pour nous expliquer le message de ce qui nous arrive, la signification cachée de nos choix et des événements que nous rencontrons. Un séminaire drôle, original et passionnant qui regroupe en une seule fois les clés de compréhension de ce qui nous fait réagir et révèle ce qui est en nous. Métiers, sports, passions, jeux, climats, voyages, chance, hasard, couleurs, instruments de musique, habits, bijoux, rêves, symboles et tous les événements de notre vie : une foule de détails qui vous éclaireront sur ce que vous vivez et vous feront «sourire» face à la vie.

«Chemin d'une vie»

du 8 au 10 mai 2009

Maturité et réalisation Ou comment vivre l'essentiel en travaillant à son accomplissement.

Renseignements et Inscriptions aux séminaires et ateliers pratiques, informations sur les publications d'O.Soulier, contactez :

PRESENCE asbl presenceasbl@yahoo.fr Tel/fax: 02 735 50 87 GSM: 0486 705 884 www.lessymboles.com

changement de regard





© Eléonore H - Fotolia.com

Le silence est pluriel.
C'est le silence tissé de sons.
Le silence où se déposer.
Celui pour se protéger.
Celui dans lequel on se mure
et qui devient mutisme.
Le silence-miroir qui nous
révèle. Le beau silence des
montagnes. Celui du désert.
Celui où brille le moment
présent. Celui qui laisse
une place à autrui.
Le silence, relais
du mystère...

ù trouver du silence? Comment le trouver? Où donc se réfugier pour échapper au bruit omniprésent? Dans la rue, les klaxons beuglent, les voitures rugissent au feu rouge, les motos pétaradent. Chez vous, votre grande adolescente regarde la télé, votre petit garçon joue à un jeu vidéo mugissant, le grand écoute de la techno! Le téléphone sonne, le fax piaille, votre compagnon peste en surfant à coup de grands «clics» sur l'ordinateur. Vous-même d'ailleurs, devez absolument relever vos mails avant de recevoir des amis à dîner. Un petit dîner sympa, bio, sur le pouce. Dans la cuisine, on entend d'ailleurs le «sccchrooouumpppfff !!!» de la cuisson à de votre appareil à vapeur à 3 étages...

Des pauses pour l'oreille et l'esprit

Un peu de silence, ce serait chouette,

non ?? Direction la forêt avec votre labrador, une brave bête, vous l'adorez, mais pas de chance, qu'est-ce qu'il aboie !! Voici maintenant que des avions à réaction traversent le ciel! Non, vous n'aurez pas la paix, décidément. Après quelques mètres, votre téléphone mobile sonne! Normal puisque vous êtes disponible pour vos enfants, votre vieille maman, votre époux, votre meilleure copine qui n'a pas la pêche en ce moment, toutes très bonnes raisons sans doute de ne pas éteindre cet appareil de haute technologie... Et vous interrompez le calme de votre promenade pour répondre. Ou si vous êtes accompagné, vous interrompez la conversation avec la personne qui vous accompagne. A moins que ce ne soit son téléphone mobile à elle qui se mette à vrombir. Dans ce cas, vous allez assister à toute la conversation, vu que bon nombre de personnes ont la fâcheuse tendance à hausser la voix lorsqu'ils utilisent les téléphones mobiles, comme si leur interlocuteur du moment était sourd...

De cette scène infernale émerge une sensation d'agitation, de vitesse, de nervosité. Les décibels nous stressent. C'est même une des premières pollutions que génère notre société technologique. Si, à la campagne, le silence n'est que de 20 décibels, les sirènes de police et d'ambulance atteignent parfois des sommets allant jusqu'à 120 décibels, ce qui est alarmant quand on sait qu'au-delà de 130 décibels, la douleur auditive est effective. La pression acoustique est de plus en plus importante dans notre monde contemporain. Notre espace sonore se trouve de plus en plus saturé. Nous ne disposons plus de pauses où l'oreille et l'esprit peuvent souffler. Cet envahissement est sans conteste lié à nos choix de vie et à notre rapport au temps.

Le silence permet de se déposer...

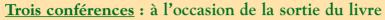
Bon nombre de personnes se sentent

prises dans un tourbillon et éprouvent la sensation de ne plus avoir le temps de vivre, alors que paradoxalement, elles s'activent beaucoup. Outre son job et sa vie familiale, l'on peut, en effet, faire d'innombrables activités très variées. que ce soit pratiquer du yoga, suivre des cours de cuisine végétarienne, chanter dans une chorale, composer des bouquets d'Ikebana, faire partie de différents groupes associatifs, visiter des expos, aller au concert, au théâtre, au cinéma. Le monde s'offre par le biais d'une myriade d'images, de films, de musiques, de paroles, de sons. Beaucoup de belles choses. Reste à exercer un choix, ce qui n'est pas mince affaire puisque cela dépend avant tout de la connaissance que l'on a de soimême, de ses goûts et de sa nature, de sa capacité à agir, et aussi de son budget et d'une bonne gestion de son temps!

Ceci dit, tout pousse les individus à privilégier plutôt la consommation d'une grosse quantité de biens et d'activités que l'approfondissement d'une chose. Il en est de même des innombrables sons que nous devons simultanément intégrer dans une vie active.

Les nouvelles technologies ont introduit un nouveau mot dans notre vocabulaire: le zapping. Et bien, oui, on zappe sans cesse. Sans même s'en rendre compte. On zappe d'un désir à un autre, d'un plaisir à un autre, d'un son à l'autre. L'esprit est sans cesse happé par autre chose, sollicité par un éventail époustouflant de sons différents en peu de temps. On entend simultanément le son de la télé, de l'ordinateur, de la radio. On passe abruptement d'une conversation avec quelqu'un à une conversation par le biais du GSM. On s'interrompt. Et puis on reprend. Pour s'interrompre à nouveau. Ce ne sont pas des passages harmonieux, ce ne sont pas des glissements. Il n'y a pas de transitions. C'est brutal. L'esprit n'a pas le temps de se déposer quelque part. C'est peut-être ce que permet le silence :

www.productionscoeur.com/europe







«Qui fuis-je? Où cours-tu? A quoi servons-nous?» par Thomas d'Ansembourg

Le mardi 16 décembre à 20h à la salle St Marc à Uccle - Bruxelles Le mardi 20 janvier à 20h à la salle Harmonie à Verviers

Le jeudi 29 janvier à 20h à la salle Gütenberg - Campus de la Plaine à Mons





Un séminaire résidentiel de 5 jours à Borzée «La libération de l'enfant intérieur»
Animé par Marie Lise Labonté et par Louis Parez
Du mardi 24 février (soirée) au dimanche 1er mars

Renseignements: Cœur.com- tél. & fax 067 84 43 94



se déposer. Se déposer au calme dans quelque chose qui dure.

La marche des fourmis

Sans bruits, le silence, qui n'a jamais cessé d'exister, se révèle. Suffit-il donc de retirer les bruits? Là encore, il faut nuancer: un silence total est inexistant. C'est ce qu'explique Knud Victor, ornithologue danois vivant dans la montagne du Lubéron en ermite, à son ami Marc de Smedt, auteur dont on connaît les œuvres toutes en finesse méditative sur le quotidien, publié chez Albin Michel. Knud, à l'aide de sa caméra mais aussi d'enregistreurs très perfectionnés, filme les scènes naturelles

et enregistre les sons de la nature. Knud explique que plus le silence est profond, mieux on entend les bruits les plus ténus. On peut aller jusqu'à entendre la marche des fourmis, ainsi que leur langage formé par les coups qu'elles donnent avec leur abdomen sur le sol. On peut entendre ces sons très fins à partir du moment où le silence ambiant est intense.

Retirons les sons infimes qui tissent le silence et celui-ci semble tout à coup devenir artificiel, dur, mort. C'est l'expérience que fit Knud à l'aide de son matériel. Il filtra le silence afin de le rendre pur en éliminant les ondes dues aux fréquences hautes et basses. Le résultat fut désastreux. «Ce n'était pas naturel et on pouvait le ressentir physiquement», dit le chercheur. Les fréquences parasites n'étaient plus présentes, mais cela créait du «silence infect». Comme quoi la recherche de pureté, lorsqu'elle s'apparente à une recherche de purisme par élimination de la diversité, s'apparente bien souvent à une illusion. Tant que nous sommes

dans la matière, il nous faut l'assumer totalement.

Frontières...

On ne peut pas parler du silence comme d'une chose close et bien définie. Tout juste pourrait-on évoquer les silences différents. Que dire, par exemple, de la fonction du silence dans nos usages sociaux? Le silence s'avère être une frontière précieuse qui délimite la bulle de chacun, cette zone où l'on n'a pas nécessairement envie de voir pénétrer autrui sans qu'il n'y ait été invité.

Quand nous sommes en silence avec des personnes que nous ne connaissons pas



dans le métro à une heure de pointe, nous devons supporter une proximité physique que nous n'avons pas choisie. Nous sentons des dos, des jambes, des bras, des épaules, des hanches à côté de nous, qui nous touchent, nous frôlent, et qui nous sont pourtant étrangers. Que nous reste-t-il comme barrage afin que l'autre comprenne bien la règle? Le silence. Nous sommes ballotés ensemble par les cahots du métro, mais nous sommes ballotés en silence. On respecte ainsi le code de l'ensemble du groupe.

Malheur à celui qui commence à nous adresser la parole quand nous n'en avons

Une papeterie complète TEL. 010.22.70.71 n'avant pas peur que vous lui demandiez FAX 010.24.11.94 l'objet ou le service introuvable Un secteur artistique OUVERT pour vos moments DU LUNDI de détente et d'expression **U SAMEDI** H A 18 H 30 Une imprimerie ON-STOP pour toutes les phases de votre vie Mais aussi.... un département ESOTERIQUE, Livres, tarots, pendules,... pour 15 parkings le développement prives à l'arrière

avec accès

direct magasin

durable

de ce aul vous habite.



pas envie. Celui-là est sûr de récolter quelques regards mauvais non seulement de la personne à laquelle il s'adresse de façon impromptue, mais aussi de la part des autres passagers qui cautionnent le code, garante du respect mutuel. La personne qui brise le silence de façon malavisée ne respecte pas la notion de territoire que seul le silence permet de faire respecter dans cette situation. Il envahit le territoire d'autrui. Et l'être humain, comme un animal, a besoin de son territoire. Le territoire est d'abord un espace psychique, celui-ci se matérialisant sous forme d'un espace qui lui est propre, une zone intime, une bulle en-decà de laquelle la résistance à l'envahisseur n'est pas supportable. En société, le silence fait partie de l'établissement de cette zone privée.

En situation

Un silence entre deux personnes n'est pas neutre. Il contient tout un monde. Chaque fois que nous entrons en relation avec quelqu'un qui est en silence, nous entrons dans un silence particulier. Nous entrons en résonance avec l'atmosphère de ce quelqu'un. Ce n'est évi-

demment pas toujours la même atmosphère. Elle dépend de beaucoup de facteurs très différents : l'état d'esprit, la digestion, la facture dans la boite aux lettres, le sourire de la boulangère, le petit rai de soleil, les nuages plombés, etc. Cette atmosphère qui émane de chacun se passe de paroles. C'est le silence qui la traduit. Mais là encore, le silence n'est pas une entité séparée de la vie et de ce que chacun vit. Le silence est $\frac{1}{2}$ «en situation», vécu dans ট্র un contexte, maillé avec les gestes, le regard et les expressions du visage.

Entendre et écouter

Le silence d'une personne, quel qu'il soit, est reçu avec plus ou moins de réceptivité par une autre personne. Les signes émis sont reçus, c'est-à-dire écoutés.

Car s'il v a différents silences, il v a également différents types d'écoute. La différence est grande entre le fait de simplement entendre et écouter. Comment écouter le silence de quelqu'un? Pas seulement avec ses oreilles, encore qu'une audition fine s'avère être un outil de préhension de la réalité extrêmement précieux. On entend simplement avec ses oreilles, mais on écoute réellement avec tout son être. On écoute réellement quelqu'un quand on tient compte du visible, c'est-à-dire des signaux que la personne émet, et aussi de l'invisible, c'est-à-dire de l'atmosphère qui se dégage d'elle.

Le terreau de la présence

On capte l'autre quand on lui laisse la place. Alors, cela veut dire quoi concrètement ? Car ce n'est pas si facile : dès que l'on se trouve en relation avec



autrui interviennent nos émotions, nos sentiments, notre passé, bref notre humanité. Cette humanité. devons-nous en faire fi? Non, n'en avons pas honte. Car si elle peut générer le poids de la noirceur, avec son lot d'égoïsme et de douleurs, elle est aussi le terreau de la présence. Nous ne pouvons pas réellement être dans l'écoute, c'est-à-dire être présent à autrui si nous ne sommes pas là, tel que nous sommes, avec la personne que nous écoutons. Ecouter, ce n'est pas être absent de soi-même, mais c'est être présent. Etre présent ne signifie pas que l'on comble les trous, que l'on ait réponse à tout, que l'on ait des solutions pour l'autre. Ecouter,

c'est être en silence, réceptif, enraciné, corps y compris.

Tous nos sens sont conviés à l'écoute car tous nos sens y participent. Ecouter, ce n'est pas seulement être présent, mais c'est aussi donner sa présence à l'autre. Nous avons chacun une présence unique. Il n'y a pas de hiérarchie.

Certaines personnes ont une atmosphère diaphane, d'autres sont plus terriennes, cela n'a pas d'importance. Ce qui importe, c'est d'être totalement présent, tel que l'on est, tout en étant poreux à l'autre. C'est tout simplement «être avec».

Du mutisme

Cependant, ce n'est pas toujours possible, il faut le reconnaître. Supposons deux personnes en couple qui, pour une raison ou une autre, sont en conflit. Il se peut qu'une des façons de vivre ce conflit passe par l'impossibilité de communiquer dans le calme, voire l'impos-

sibilité de communiquer tout court. Dans ce cas, elles se taisent. Il y a un silence entre elles. Si une tierce personne entre dans la pièce à ce moment-là, elle percevra directement la caractéristique principale de ce silence.

Peut-on d'ailleurs parler de silence ? C'est plutôt un mutisme opaque, fermé, imperméable. Un mutisme verrouillé qui contient une énergie qui ne circule pas. La violence de la colère, du chagrin, ou des sentiments refoulés se trouve enclos dans ce mutisme. Même si ces sentiments ne s'expriment pas, ils existent néanmoins. Ils existent intérieurement. On les ressent. Et le silence s'en ressent.

Ce sont parfois de sombres ruminations que l'on entend alors en soi

Il met à jour

Des ruminations dues au passé, à notre conditionnement, à mos envies de vivre autre chose que ce que l'on vit, à nos projections, bref tout ce ce qui fait que l'on n'est pas libre. Tout ce fatras usé. Ah, qu'il

serait bon de s'ébrouer! Qu'il serait bon de vivre uniquement le présent. Car dans le mutisme et la bouderie, tout se trouve figé, «collé» à une phrase, un geste, une attitude qu'on ne digère pas. On est englué dans ce moment-là, et rien ne circule plus. La vie est cimentée, elle ne coule plus, elle n'a plus de mouvement. C'est pour cela que les bouderies sont si pénibles. On est arrêté, alors que la vie est mouvement.

Si parfois il n'est pas possible de sortir de ce mutisme, qui est aussi une surdité, on peut quand même faire quelque chose. Chacun trouvera ses «trucs» pour en sortir. Mais ce que l'on peut tous faire, et ce



n'est pas une mince consolation, c'est essayer de prendre du recul et constater ce que l'on ressent. Le masque tombe : on se trouve tout à coup, grâce à ce silence buté, face à soi-même dans sa petitesse et son obscurité. Comme la solitude, de laquelle il est un compagnon fidèle du reste, le silence accomplit son œuvre de conscientisation : il met à jour.

Vie intérieure : folie et équilibre

N'est-ce pas là tout le sens d'aller au désert ? Le désert, lieu de la nudité et du silence. Tant mieux s'il est possible

de s'y rendre physiquement. Ceci dit. c'est l'essence de l'expérience plus que sa forme qui importe. Car on ne peut pas toujours aller effectivement dans un désert pour se retirer du monde. Question d'or-Question 5 ganisation. d'argent. Il est possible € de vivre une forme de 2 désert dès que l'on ef- § fectue un retrait volon- & taire où il y a isolement § et dépouillement.

Un contemplatif, moine, saint ou sage, n'est pas fermé sur lui-même. Il reste toujours dans la relation. Si l'on choisit d'être seul et en silence durant une certaine période, sachons que ce ne devrait jamais être parce que nous avons des problèmes de communication. Il n'y a pas à sortir de là : on doit tenir compte du rapport entre l'intérieur et l'extérieur. L'un et l'autre sont reliés.

Laissons briller la perle...

Laisser se tisser un fil entre l'intérieur et l'extérieur est peut-être le défi le plus important de la vie spirituelle. Maurice



Il importe cependant que cela reste une expérience vivante. Le risque est grand de s'isoler dans la solitude et le silence pour son «développement» intérieur. Le risque réside dans le fait d'être son unique référence. Comment alors se rendre compte si on «débloque» ou pas ? Ce qu'on appelle la vie intérieure, c'està-dire la vie spirituelle, ne peut être validée que par l'expérience de la relation. Si la vie intérieure devient l'unique souci de la personne, et qu'elle se mure dans son monde et uniquement en lui, attention, il y a un risque. Hors de la relation, la vie intérieure peut devenir folle, tout simplement. Elle n'a pas d'équilibre.

Zundel, dont la spiritualité est proche de celle de Teilhard de Chardin, parle des personnes désespérées qu'il rencontre et particulièrement d'une personne pour qui le suicide était une solution. Comment parler à cette personne ? Comment parler à quelqu'un dont le désespoir est aussi intense ? Il n'y a plus à parler. Il n'y a pas à conseiller, à trouver des solutions. Pour Zundel, la seule solution est de s'effacer «en cette Présence qui peut seule quérir la détresse, dans un silence de tout notre être qui est la seule chance de la révéler». N'oublions pas d'être patients avec nous-mêmes. Cent fois, mille fois, dix mille fois peut-être, nous échouerons





OUVERT DU MARDI AU VENDREDI de 10h à 18h - SAMEDI jusqu'à 17h

car nous nous adresserons à l'autre à partir de notre périphérie seulement. Mais ce n'est pas grave. Confiance. Continuons avec persévérance. Revenons à l'intérieur, là où se trouve «la perle de grand prix», comme le dit une très belle prière hindoue. Laissons briller la perle à travers nous, même si nous ne parvenons à nous ouvrir qu'un petit peu, même si ce n'est que pour une seule fois

Plus d'étiquettes = brefs moments d'harmonie

Qu'est-ce qui relie l'intérieur et l'extérieur. Sont-ils réellement séparés ? Gé-

néralement. nous percevons seulement la séparation. Mais parfois, il arrive que cette séparation se lève. Ce sont de brefs moments d'harmonie qui fait que ce que nous vivons et percevons n'est pas mis en mots et étiquetés. On est là, tout simplement. On vit dans son corps. Et on est dans le silence intérieur. Intérieurement, le men-

tal s'est tu. Un petit instant seulement. Mais ce petit instant est immense.

Comment arriver à accroître ces moments d'harmonie ? Par la pratique régulière, constante, ardente d'une voie, quelle qu'elle soit. Et aussi par la vie. Car la vie, et plus précisément les épreuves, nous permet de lâcher prise. Ce que nous expérimentons, et pour la plupart nous expérimentons des dépouillements successifs, que nous le voulions ou non, nous amène à lâcher prise par rapport aux idées que nous avons sur ce que nous vivons, ce qui est pour le moins paradoxal...

Un intervalle de silence entre les pensées

On voudrait bien arrêter l'automatisme mental qui consiste à discourir intérieurement et à commenter ce que l'on vit. Mais ce n'est pas toujours possible. Vous est-il déjà arrivé d'être dans un endroit très beau, et de ne rien ressentir ni recevoir de cette beauté? La montagne splendide vous a échappé. Vous n'avez pas vu les vagues de la mer. Le coucher de soleil vous a laissé indifférent. Vous étiez ailleurs. Vous pensiez à autre chose. Vous n'étiez pas présent. Penser? Discourir plutôt. Ce n'est pas que l'on veuille penser. Non. Mais voilà,

ça discourt, ça argumente, ça parle sans cesse, ça hurle même parfois.

Plusieurs voies spirituelles ont en commun un précepte très simple, bien que difficile à appliquer : observer le surgissement de ses propres pensées. Devenir le témoin de ses propres pen-

sées, ceci sans se justifier et sans se juger. Dès que la conscience effectue ce retrait, dès qu'elle se met à distance du discours intérieur mental, il y a arrêt de ce discours. Les pensées s'évanouissent car elles sont pour la plupart constituées de réactions et d'automatismes. Elles cèdent face à la conscience qui les regarde à distance, sans les cautionner. Le silence peut alors parfois surgir.

Le silence est tout le temps là

Nos pensées et nos émotions jacassent sans cesse en nous. Tous les sages le disent cependant : il existe un intervalle de silence entre chaque pensée, entre chaque mot, entre chaque son.



L'abondance véritable ? Neale Donald Walsch

Bonheur, processus de création personnelle et maîtrise

Ces pages remarquables révèlent clairement que tout être humain peut atteindre l'expression de sa maîtrise spirituelle et faire de sa vie ordinaire une expérience extraordinaire.

De l'auteur de Conversations avec Dieu, voici un parcours qui mène à la joie grâce à un irrésistible message susceptible de changer votre vie.

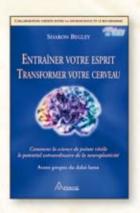
Entraîner votre esprit,

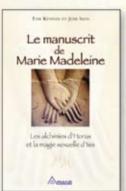
transformer votre cerveau Sharon Begley

Comment la science de pointe révèle le potentiel extraordinaire de la neuropolasticité

Dans ce livre fascinant et d'une grande portée, la journaliste scientifique du magazine *Newsweek* retrace l'heureux mariage de la science de pointe et de la sagesse séculaire du bouddhisme.

Préface du dalaï lama





Le manuscrit de Marie Madeleine

Tom Kenyon et Judi Sion

Les alchimies d'Horus et la magie sexuelle d'Isis

Voici le récit personnel de Marie Madeleine, initiée de haut rang du temple d'Isis. Il porte sur sa relation tantrique avec Yeshua ben Joseph, connu aujourd'hui sous le nom de Jésus-Christ. C'est l'histoire d'un amour si fort qu'il a survécu à 2 000 ans de mensonges pour être enfin raconté « à l'aube de la fin des temps ».

2009 - La grande transformation

Kryeon, les Hathors et Marie Madeleine, le Haut conseil de Sirius

L'année de la cocréation

L'énergie planétaire est maintenant arrivée à point, prête à s'accomplir. Cette année marque un tournant énergétique important à la fois pour vous et pour la planète.

DG Diffusion: 05.61.000.999

Cet intervalle s'apparente à un vide. Il suffit de s'y plonger. C'est le sens de toutes les pratiques de méditation et de prière.

En ce sens, le silence traduit qu'il y a une continuité entre les choses. Le silence est tout le temps là. Peut-être est-ce pour cela qu'il est associé à la vie contemplative. Le silence est à l'extérieur et à l'intérieur. Il est en dessous des choses tel un continuum. Il est en dessous des pensées, pourrait-on dire. On ne peut s'empêcher de faire référence aux scientifiques qui conçoivent de plus en plus l'univers comme

un tout structuré par et dans le vide, ou aux traditions ancestrales qui mettent l'énergie comme principe de vie qui anime constamment la partie et le tout. On comprend alors que le silence, par son omniprésence, fait partie intégrante des démarches spirituelles.

Le corps-vibration

Nous pouvons percevoir $\frac{3}{m}$ directement le silence $^{\odot}$ lorsque nous vivons to-

talement l'instant présent. Dans l'instant présent, la cacophonie mentale et émotionnelle s'arrête, comme le disent bon nombre de préceptes zen. Tout à coup, on n'est plus conditionné par son passé et son avenir. Et parce qu'il y a déconditionnement, il y a liberté.

Pas facile de vivre l'instant présent. Pour Eckart Tolle, l'une des façons d'entrer en contact avec la réalité invisible et profonde de nous-mêmes consiste à habiter son corps énergétique de l'intérieur. C'est dit en peu de mots, mais c'est très puissant. Il ne s'agit pas de «prendre conscience»

mais d'habiter son corps. Il ne s'agit pas seulement du corps de chair, mais du corps d'énergie, du corps composé de vibrations. Et il s'agit de maintenir son attention à l'intérieur. «Sentez votre corps entier de l'intérieur, comme un seul et unique champ énergétique», préconise-t-il. La cacophonie mentale cesse. On est présent à une dimension vitale mystérieuse plus ample et plus vaste que seulement soi-même. On est libéré de soi, mais présent à soi et à cette dimension plus vaste que d'aucuns nomment l'Etre, la Conscience universelle, l'Esprit, la Vie. Dieu ? Qu'importe le nom que l'on



donne à ce qui ne peut pas être défini à l'aide de concepts. Le silence est en prise directe avec un mystère. Ecoutons-le, ce silence...

Marie-Andrée Delhamende

Livres

- Eloge du bon sens dans la quête du sens, et Eloge du silence, de Marc de Smedt, Editions Albin Michel.
- Vivre Dieu, de Maurice Zundel,
 Presses de la Renaissance
- Le pouvoir du moment présent, d'Eckhart Tolle, Editions Ariane.





Bruxelles - Liège - Namur www.timotheus-intuition.be Rens : 0498/73.31.84

TIMOTHEUS - INTUITION 25bl

Philosophie Pratique

Pour ceux qui souhaitent avoir une meilleure compréhension d'eux-mêmes et du monde dans lequel nous vivons. Les cours vous proposent un art de vivre quotidien et abordent des sujets tels que la sagesse, la justice, les niveaux de conscience,...

Reprise des cours à Bruxelles

En français et anglais : lundi 12 janvier à 19h30 En néerlandais : mercredi 14 janvier à 19h30 (les cours se donnent aussi en NL à Dilbeek et Anvers)

Inscription : à l'avance ou lors du premier cours. Frais : 125€ (réductions pour les étudiants)

Pour plus d'informations : Tel: **02 640 72 26**

info@ecoledephilosophie.be



Adresse:

43 Rue Gachard, 1050 Bruxelles www.ecoledephilosophie.be



«Bernard Montaud en intimité»





Film & Rencontre avec Patricia Montaud et Bruno Berte

Bernard Montaud, écrivain et héritier de l'enseignement de Gitta Mallasz [Dialogues avec l'ange, Editions Aubier] est de ceux qui balisent la route vers une vie spirituelle. C'est en vivant et en codifiant sa propre expérience intérieure depuis plus de trente ans qu'il a créé un nouveau point de vue sur l'intériorité humaine - la Psychologie Nucléaire - ainsi qu'une Ecole de la vie intérieure : Art'as.

Ce film nous invite à le rencontrer à travers son histoire personnelle et ses réponses sur les enjeux de la vie. La projection sera suivie d'une rencontre avec Patricia Montaud et Bruno Berte.

Patricia Montaud a poursuivi des recherches sur l'intériorité pendant plus de 20 ans et a contribué au sein d'*Art'a*s à la création d'une véritable scolarisation de la vie spirituelle. En 1985, elle rencontre Gitta Mallasz qui viendra vivre auprès d'eux jusqu'à sa mort, leur transmettant son expérience du dialogue avec la conscience. C'est une véritable voie spirituelle qu'elle leur laisse en héritage. En 2007, soucieuse de la pérennité de l'œuvre de Gitta, Patricia fonde l'association «Les amis de Gitta».

Bruno Berte est psychanalyste corporel, collaborateur de Bernard Montaud, il anime dans l'école *Art'as* ainsi qu'en libéral des stages de Psychanalyse Corporelle. Il est responsable de l'enseignement de cette école pour le groupe de Bruxelles.

La projection-rencontre se déroulera le jeudi 11/12 [20h] à Bruxelles - Voir agenda «au jour le jour» -



Ecole des Parents et des Educateurs ASBL

Un espace éducatif pour un dialogue responsable

NOS PROCHAINES ACTIVITÉS:

Faire Face aux manipulateurs, avec Isabelle Nazare-Aga Et s'il n'étudie pas... que fait-on ? avec Pierre Debroux Les éducateurs, porteurs de valeurs et de sens, avec Claudine Pauwels Ecouter selon Carl Rogers - pour les professionnels, avec Régine Van Coillie Conférence : Jeunesse en ruptures, avec Ph. Béague

Réduction pour les membres de l'EPE, de la Ligue des Familles

Toutes nos activités sur <u>www.ecoledesparents.be</u>
Secrétariat de l'EPE : 02 733 95 50 ou secretariat@ecoledesparents.be



MANTAK CHIA BRUXELLES du 27 mars au 2 avril :

27 mars: Conférence «La sexualité pour couples» ou «comment utiliser l'énergie vitale pour sa santé» (ouvert aussi aux célibataires...)

28. 29 : Bases : Sourire Intérieur. Les 6 Sons Curatifs. Ouverture de l' Orbite Microcosmique

30 : Synchronisation Gauche-Droite et Pouvoir de l'Ésprit 31 mars au 2 avril : Chi Nei Tsang 1 massage des organes internes

PARIS du 3 au 9 avril :

3 avril : Conférence «La sexualité pour couples»

4 au 6 avril : Bases, Chi kung de la Sagesse, Reprogrammation ADN 7 au 9 avril : Chi Nei Tsang 3 massage des muscles, tendons et méridiens

> www.universal-tao-france.net - universaltao@orange.fr GSM: (00 33) 6 68 89 90 84 / Fixe: (00 33) 3 86 32 07 33





Librairie d'éveil et de développement personnel Livres - Pendules - Minéraux - Encens - CD musique du monde - Tarots - Bols tibétains... C'est aussi maintenant une épicerie BIO!

Alimentation bio - Pain - Tisanes - Compl. alimentaires - Gemmo Thérapie Fleurs de Bach - Huiles essentielles - Produits d'entretien écologiques...

Avenue de la Vecquée, 350 - 5020 Malonne - 081 45 09 38 e-mail : chacunsaroute@skynet.be

Ouvert du mardi au vendredi de 9h30 à 18h30 et le samedi de 9h30 à 16h



Au coeur de la Lettre, le chant de la harpe

Katia van loo a le plaisir d'annoncer son nouveau double album. Elle s'est inspirée des grandes Lettres hébraïques.

Ce double album se compose de 28 compositions aux sons sacrés de la harpe et de la voix qui invitent à la méditation, à la détente et à se rencontrer. «Le son dessine l'immensité de l'invisible, et la Lettre, écho du son suprême réveille le divin en nous.»

Katia, harpiste et chanteuse enseigne la harpe et le chant et donne des séances d'harmonisations à la harpe. Son premier album «*Pluie de Perles*» se compose de 14 compositions dont 4 pour voix et harpe.

Katia van loo • T/F. 010 61 76 04 • www.harpe.be • katia.vanloo@belgacom.net



Bernadette Blin Respiration holotropique

Psychologue et psychothérapeute depuis plus de 30 ans, Bernadette Blin a contribué à développer en France la psychothérapie transpersonnelle qui intègre. dans sa pratique, la dimension spirituelle de l'être humain par des états d'ouverture de conscience. La Respiration Holotropique en est un outil prinvilégié. Cette méthode, mise au point par le Dr Stanislav Grof, est basée sur l'utilisation des états modifiés de conscience dans le processus thérapeutique. Une belle alliance entre des savoirs ancestraux détenus par les chamanes et des découvertes contemporaines en neurophysiologie qui permet d'explorer et d'harmoniser les



différents plans de conscience, physique, émotionnel, mental et spirituel. Le but ? Donner accès à des expériences d'ordre biographique, énergétique et sensoriel, périnatal et transpersonnel.

Bernadette Blin animera une conférence «La respiration holotropique : une approche transpersonnelle», le 14/1 [20h] à Bruxelles - voir agenda «au jour le jour» - Ainsi qu'un atelier les 27, 28 et 29/3 à Louvranges.

Michel Cassé Du vide et de la création

Aujourd'hui, on assiste à une extension sans précédent des notions de matière et d'univers. Des exemples ? Le soleil est au centre du système solaire, mais pas au centre de la galaxie ; il est sur un bord. Et la galaxie ? Elle n'est pas au centre de l'univers, car l'univers n'a ni centre ni bord. Quant à l'atome, il n'est que l'écume de la matière, il ne constitue que 4% de la substance de l'univers. Le nombre effectif des dimensions de l'espace-temps serait de 10 ou 11 et non de 4. Les 6 dimensions supplémentaires seraient lovées sur elles-mêmes...



Dans le cadre du nouveau paradigme cosmologique, Michel Cassé, astrophysicien réputé, à la pointe des recherches sur les premiers matins du monde, nous éclairera sur les caractéristiques fondamentales du macrocosme environnant, son contenu, son avenir et, plus avant, sur la pluralité des univers...

Michel Cassé animera une conférence «Du vide et de la création» le 18/12 [20h] aux Sources à Bruxelles - voir agenda «au jour le jour» -



Arcanes de la Connaissance Librairie Initiatique

Bd d'Avroy, 120 - 4000 Liège - 04 222 19 17



Isabelle St-Germain et Diane Laporte

Calendrier des activités de décembre '08 à Liège

NOUVEAUTÉ: A tous ceux et celles qui viendront nous rencontrer en consultation individuelle, nous vous offrirons gratuitement, à partir de photos de vos enfants et petits-enfants, un soin très spécial pour ceux-ci, demandé par les Êtres de Lumière. Vous pourrez si vous le souhaitez, recevoir un soin avec l'énergie des Grandes Lettres Sacrées avec Diane Laporte.

La libération des liens énergétiques est obligatoire avant un stage. Sur simple RDV en téléphonant au 04 222 19 17 (durée 1h prix 80 €)

5-6-7 déc. 08 : Formation avec Diane Laporte

(Les Lettres Sacrées de la Kabbale)

10-11 déc. 08 : Soins énergétiques ou Initiations Diverses

12 déc. 08 : Journée Spéciale Flamme Violette

13-14-15 déc. 08 : Formation (Les Spécialistes Cosmiques)

17 déc. 08: Journée Harmonisation des Lieux



INITIATIONS DIVERSES:

- Flamme violette
- Initiations ailes flamme violette
- Volonté et force divine
- Harmonisation du coeur
- Triangle or Isis
- La sagesse de merlin
- La flamme lavande
- Lumière des maîtres ascensionnés
- Le reiki du monde des devas
- La lumière des archanges

Infos sur ww.arcanesdelaconnaissance

Mira Chaar Chant & kinésio musicale



Musicienne, chanteuse et pédagogue, créatrice des ateliers vocaux «Chant Libre» pour le Gospel et les Musiques du Monde [Liège 1989 - Paris 1995], Mira Chaar pratique et enseigne les techniques anti-stress en Europe et au Moyen-Orient. Consultante en bien-être global, elle envisage l'expression artistique comme un des aspects de l'épanouissement de l'être et de la libération de ses énergies profondes. Alliant gestion du stress, pédagogie créative, kinésiologie spécialisée et énergétique, Mira propose une «couture sur mesure», se-

lon les objectifs exprimés ou traduits par les déséquilibres énergétiques du corps. Elle travaille à Paris en collaboration avec une équipe de Coaching artistique, axée sur la liberté du mouvement, l'énergétique et le bien-être dans l'apprentissage [Alexander, Qi Gong, énergétique scénique, Brain Gym...].

Mira Chaar animera deux conférencesateliers «Chant libre, à la rencontre de l'énergie...» le 13/1 [19h30] et «La kinésiologie musicale» le 14/1 [19h30] à Liège - Voir agenda «au jour le jour» -



Arcanes de la Connaissance Librairie Initiatique

Bd d'Avroy, 120 - 4000 Liège - 04 222 19 17

Très Chaleureuse Fête de NOËL à tous mes amis et clients de BRUXELLES que je n'ai pas oubliés et de LIEGE que j'aime beaucoup!

Une pensée toute particulière pour mes amis qui se trouvent seuls ce soir-là...

LE MAGASIN SERA FERME DU 22 au 29 Décembre '08

Le 2 déc. '08 : Conférence exceptionnelle avec Charles Raphael PAYEUR

Nous commençons l'année 2009 en Conscience et en Chantant :

Rencontre et présentation avec Mira Chaar : le 13 janvier de 17 à 19h (gratuit)

Le 13 janv. '09: Mira Chaar - conférence-atelier:

«Accorder l'instrument humain»

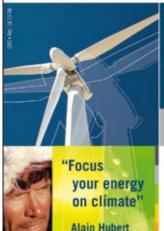
Le 14 janv. '09 : Mira Chaar - conférence-atelier : «La kinésiologie musicale

au service de la pédagogie et des musiciens»

Infos sur ww.arcanesdelaconnaissance.be

Prix belge de l'Energie 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.

Worse Steel -

- or entreprise industries, agreed deservices Minister de sammero, de barquer de
- un citoyen que de soit à little prisé ou dans le
- one commune with ou village. use institution (administration, mode, university
- Participez gratuitement au Prix pour faire valoir votre savoir-faire, vos réalisations, vos efforts et vos contributions à la société de demain!

Des entrecrises et institutions leaders dans les domaines de l'environnement et de l'énergie remettront 15 Prix dans le cadre d'un prestigieux événément médiatique le 5 juin 2009. Information et inscriptions: www.eeaward.be - Anne-Julie Lambion +32 (0)4 221 58 68





























Lydia Flem Auteur de sa vie

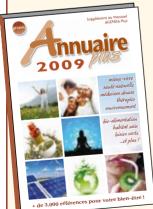


Lydia Flem est psychanalyste, écrivain, photographe. Après avoir consacré ses premiers livres à Freud, elle a raconté avec émotion, poésie et humanisme le travail nécessaire de deuil consécutif aux décès de ses parents [«Comment j'ai vidé la maison de mes parents», Seuil]. Puis, dans «Lettres d'amour en héritage», elle a ouvert les 750 lettres échangées par ceux-ci avant sa naissance et partagé avec le lecteur l'intimité de laquelle elle est née. Sur le même fil, méli-mélo de rage, d'oppression, de

peine infinie, d'irréalité, de révolte, de remords et d'étrange liberté, elle termine une trilogie avec l'écriture d'un récit consacré à sa fille, en âge de quitter le nid familial, et nous interroge : qui sommes-nous lorsque nous ne sommes ni les enfants de nos parents, ni les parents de nos enfants ?

Lidya Flem animera une rencontre-lecture sur le thème «L'Aventure de l'Ecriture» le 16/01 [19h] à Bruxelles - Voir agenda «au jour le jour» -

ANNUAIRE PLUS ÉDITION 2009



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

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

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

Soyez présent dans l'ANNUAIRE Plus 2009!

Demandez-nous le formulaire ou inscrivez-vous directement sur notre site internet : <u>www.agendaplus.be</u> (section ANNUAIRE Plus)

Clôture des inscriptions : le 15 décembre 2008

JOURNÉES DÉCOUVERTE le 13 décembre 2008 et le 7 février 2009 de 14h à 18h



Réservez dès aujourd'hui votre mini-soin visage pour 25€ et choississez entre la force et la beauté du vin ou la tendresse et la douceur du chocolat!

Communication Chan Violente

selon le processus de Marshall Rosenberg



www.cnvbelgique.be

www.nvc-europe.org - www.cnvc.org

Formateurs certifiés :

Consultations, séminaires, conférences, ateliers... sur demande

Benoît BALLA 1348 LOUVAIN-LA-NEUVE 0477 223 485

Véronique BOISSIN 1332 GENVAL 02 653 78 02

Martine CASTERMAN 1330 RIXENSART

02 652 00 45 Thomasd'ANSEMBOURG 1050 BRUXELLES

02 644 04 68

Guy DE BEUSSCHER 5380 FERNELMONT 081 21 62 43

Christiane GOFFARD 5660 COUVIN

060 34 61 43 Vincent HOUBA 5000 NAMUR

0476 250 126

Jean-François LECOCQ 4130 TILFF 04 388 13 28

Martine MARENNE 1180 BRUXELLES

0479 279 037 Vinciane MARLIERE 1030 BRUXELLES

0477 924 119

Pierre MUANDA 1348 LOUVAIN-LA-NEUVE

0479 394 593

Jean-Baptiste NDIKURIYO 1348 LOUVAIN-LA-NEUVE 0479 648 756

Emmanuel NDINDIYE 1340 OTTIGNIES

0498 524 463 Anne-CharlotteROUSSEL 1180BRUXELLES

02 375 51 49 Marie-Louise SIBAZURI 1348 LOUVAIN-LA-NEUVE

0479 411 987

Léandre SIMBANANIYE 1348 LOUVAIN-LA-NEUVE 0475 962 139

Godfrey SPENCER 4910 THEUX 0478 627 190

Sœur Marie-Jacques STASSEN 4000 LIEGE 04 223 77 20

Catherine TIHON 1348 LOUVAIN-LA-NEUVE 010 84 19 89

Anne van STAPPEN 1421 OPHAIN 02 385 25 37

Groupes de pratique :

La liste complète sur le site www.cnvbelgique.be



La Communication NonViolente

écouter nos besoins et ceux de autres

Comment favoriser une qualité de relations qui va permettre de répondre aux besoins des autres, en étant motivé par l'élan du cœur ? En pratiquant la CNV!

a Communication NonViolente [CNV] est le nom choisi par Marshall B. Rosenberg pour désigner un processus fondé sur une approche spirituelle, qu'il a initié dans les années '70, s'inspirant, notamment, des travaux du psychologue Carl Rogers et d'Abraham Maslow, ainsi que des religions orientales. La non-violence ou *ahimsa* est une référence au mouvement de Gandhi. L'empathie, apport majeur des travaux de Carl Rogers, est au cœur de ce processus. Marshall Rosenberg s'appuie également sur les travaux de l'économiste chilien Manfred Max-Neef, qui a, tout comme lui, analysé les besoins humains.

Bases spirituelles

«Il est important de voir que la spiritualité est au coeur de la CNV, et de garder cela à l'esprit quand on apprend les étapes du processus. L'art de vivre que j'essaie d'enseigner est véritablement une pratique spirituelle.» Marshall B. Rosenberg

Pour Rosenberg, la CNV est avant tout une pratique spirituelle. Il l'a conçue pour essayer

d'être conscient de ce qu'il appelle l'«Energie Divine d'Amour» [Beloved Divine Energy] et parvenir à s'y connecter. La CNV est un moyen de faire don de son amour à l'autre, cette interaction étant la forme humaine la plus proche d'une connexion spirituelle.

Pour Rosenberg, l'absence de reliance avec cette énergie est la cause de la violence dans le monde. Il affirme que notre éducation et notre conditionnement culturel, notamment au sujet de Dieu, nous ont déconnectés de Lui. Il reprend les propos de Walter Wink, disant que le «politique» a utilisé le «religieux» pour interpréter les livres saints et justifier l'oppression et la domination. Selon lui, la CNV permet de surmonter ce conditionnement de notre éducation.

Processus de CNV

Continuellement remise en question selon son auteur même : «la CNV est la combinaison d'un langage, d'une façon de penser, d'un savoir-faire en communication et de moyens d'influence qui servent mon désir de faire 3 choses :

- me libérer du conditionnement culturel qui est en discordance avec la manière dont je veux vivre ma vie;
- acquérir le pouvoir de me mettre en lien avec moi-même et autrui d'une façon qui me permette de donner naturellement à partir de mon cœur;
- acquérir le pouvoir de créer des structures qui soutiennent cette façon de donner».

Thomas d'Ansembourg, dans son livre

L'ATELIER TRANSACTIONNEL, asbi

1° L'ECOLE D'ANALYSE TRANSACTIONNELLE :

Formations complètes et certifiantes

(données par des formateurs certifiés, psychologues ou non) 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.s@skynet.be



Le massage harmonisant

Déconvrir le plaisir et le bien-être du toucher. Apprendre à éconter et à communiquer en silence. Développer la conscience de soi et rayonner au dehors.



- Ateliers d'initiation en week-end
- Stage de perfectionnement annuel
- Cours particuliers sur rendez-vous
- Spécialisation massage prénatal

&

- Massage aux pierres chaudes
- Réflexologie Plantaire
- Massage Amma sur chaise

064 / 26,06,00

www.zengarden.be

«Cessez d'être gentil, soyez vrai !», propose également le processus initié par Marshall Rosenberg. Il vise à aider à clarifier ce que nous vivons, il n'est pas l'empathie, mais y donne accès, il n'est pas qu'une simple écoute : il s'agit de se relier efficacement à soi et à l'autre. En voici la brève description :

O pour <u>Observation</u> : décrire la situation en termes d'observation partageable ;

S pour <u>Sentiment</u>: exprimer les sentiments vécus dans cette situation;

B pour <u>Besoin</u>: clarifier le(s) besoin(s);

D pour <u>Demande</u>: faire une demande avec ces critères: dans l'instant présent, réaliste, réalisable, négociable, précise et formulée positivement.

Dans son ouvrage «Guérir», David Servan-Schreiber décrit la CNV en termes relativement simples. Selon lui, le premier principe de la CNV est de remplacer tout jugement par une observation objective, afin d'éviter les réactions habituelles de son interlocuteur face à une critique. Le second principe est d'éviter tout jugement sur son interlocuteur pour ne parler que de ce que l'on ressent, l'autre ne pouvant contester cela. L'effort consiste alors à décrire la situation en commençant ses phrases par «je», pour être «dans l'authenticité et l'ouverture».

Un exemple pour bien comprendre

Deux amis se sont donné rendez-vous. Le premier est arrivé 20 minutes avant l'heure fixée, et le deuxième arrive 40 minutes après l'heure fixée...

Réaction habituelle : «Non, mais tu as vu à quelle heure tu arrives ? Tu aurais pu me prévenir au moins !» Cela ne laisse que peu d'ouverture. La personne ne s'exprime pas dans le sens du processus.

Alternative possible:

1. Observation: «Nous avions rendez-vous ici il y a 40 minutes, cela fait une heure que je suis ici.»

Attention à la communication para-verbale afin de rester collé à la réalité le plus possible dans l'énonciation.

2. <u>Sentiment</u> : «Je suis en colère d'avoir attendu comme cela car...»

Commencer la phrase par «je» afin de

prendre la responsabilité de ses sentiments. Dire «je me sens» plutôt que «je sens» peut favoriser la distinction entre des jugements et l'expression de ses sentiments.

3. <u>Besoin</u>: «...ça aurait du sens pour moi d'employer mon temps de manière plus utile». Être à l'écoute du besoin/des besoins qui est/sont à l'origine du sentiment que vous éprouvez.

Notons, au passage, les 9 besoins fondamentaux [selon Manfred Max-Neef] recouvrant à peu près toute la palette des besoins humains : 1. Besoins physiologiques, bien-être physique ; 2. Sécurité ; 3. Empathie, compréhension ; 4. Créativité ; 5. Amour, intimité ; 6. Jeu ; 7. Repos, détente, récupération ; 8. Autonomie 9. Sens, spiritualité.

4. <u>Demande</u>: «Est-ce que tu veux bien me dire maintenant, au cas où cela arriverait une prochaine fois, si tu es d'accord de me prévenir quand ton retard dépasse 5 minutes?» Conclure par une demande présente, claire en se posant la question: «Qu'est-ce que j'ai envie que la personne fasse pour contribuer à ce que mon besoin soit satisfait?», dans l'instant présent, concrète, ouverte, réaliste et réalisable.

Dans la mesure du possible, il est proposé de respecter ces étapes afin d'être clair.

Du mental au coeur

La Communication NonViolente vise à nous aider à développer l'écoute de l'autre comme de nous-même. La CNV n'est pas un «truc», un simple protocole, elle est avant tout une pratique de communication exigeant d'être vécu le plus souvent et le plus pleinement possible. On l'aura compris, afin d'éviter que le processus soit purement «mental», l'exploration de la CNV nécessite la participation véritable de notre coeur... Bonne pratique !

Olivier Desurmont

Ressources: «Spiritualité pratique. Les bases spirituelles de la Communication Non Violente», «Elever nos enfants avec bienveillance», «La communication non violente au quotidien» de Marshall B. Rosenberg aux Editions Jouvence et Wikipédia.

 Voir la rub. «Communication NonViolente» de l'agenda et de l'ANNUAIRE Plus 2008 -

PRENDRE SA VIE EN MAINS AVEC LE STAGE DE PROGRESSION PERSONNELLE

Que ce soit sur le plan professionnel ou sur le plan personnel, si vous ressentez le besoin de :

- · vous arrêter et «poser vos valises»
- réfléchir à ce que vous avez fait et à ce que vous aimeriez faire
- mieux vous connaître pour savoir ce qui vous convient
- · vous fixer des objectifs
- obtenir la coopération des autres
- · disposer d'outils pour vous aider

Le Stage de Progression Personnelle est un stage résidentiel de 3 jours (vendredi, samedi, dimanche) comprenant hébergement et repas.

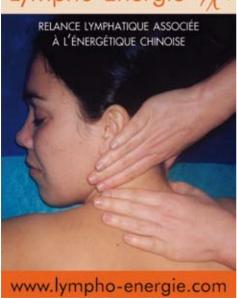
Prochain stage : les 30, 31 janvier et 1er février 2009 à MONS (Hôtel Mercure)

Renseignements et inscriptions : CLUB ATTITUDE PLUS aisbl Michel LAPAGLIA

rue du Peuple, 85 - 7333 - TERTRE

Tél.: 065 60 02 64 - lapagliafm@scarlet.be

Lympho-Energie®



L'huile de noix «à l'ancienne»

L'huilerie Vigean a vu s'arrêter les moulins, les uns après les autres, mais a résisté vaillamment à l'industrialisation en conjuguant tradition artisanale et modernisation technologique sans jamais abandonner ni la pression à froid, ni le pressage «à l'ancienne». Cette dernière technique, qui elle, nécessite un préchauffage, reste aujourd'hui un savoir-faire, transmis de génération en génération dans les familles d'huiliers.

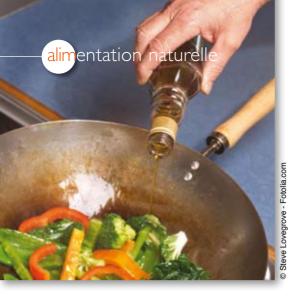


L'huile de noix mérite d'être considérée comme naturellement diététique, elle contribue au rétablissement de l'équilibre oméga6 et oméga3 donc à la prévention des troubles liés au déséquilibre alimentaire.

Les Oméga-3 sont formidablement importants pour le coeur et les vaisseaux sanguins. Ils s'opposent en effet à la formation de caillots dans les artères, réduisent l'hypertension, annihilent les triglycérides en excès, modèrent l'inflammation, contribuent à diminuer le risque cardio-vasculaire et on un rôle majeur dans le fonctionnement harmonieux du cerveau.

Plus d'informations sur :
 <u>www.vajra.be/huiles</u>

VAJRA : grossiste en produits Bio
02 731 05 22 - www.vajra.be



Huiles et autres corps gras ...pas forcément à cuire!

Depuis quelques années de nombreuses variétés de margarine ou de beurre «allégé» garnissent les rayons crémeries des grandes surfaces. Cependant, toutes les huiles, toutes les margarines végétales ne sont pas bonnes à cuire! En effet, il semblerait que certains acides gras poly-insaturés ne résistent pas à la cuisson...

Au cours de leur réchauffement, les corps gras se modifient sous l'action conjuguée de l'oxygène de l'air et de la température. Les signes les plus évidents de cette modification sont l'augmentation de la coloration du corps gras, de sa viscosité et l'apparition de mousses.

A partir d'un certain seuil critique, appelé «point de fumée», les acides gras se transforment en glycérol. Ce point varie en fonction de la composition des corps gras. Cette transformation en glycérol donne de l'acroléine, produit qui se dégage en fumée. Il a une odeur âcre et provient de la décomposition du glycérol par déshydratation lors du chauffage. Ainsi le beurre, par exemple, ne supporte pas la cuisson. Mieux vaut le manger fondu dans des légumes plutôt que de s'en servir pour faire griller ou «revenir» « certains ingrédients. Il semblerait que la cuisine au beurre soit même nocive...

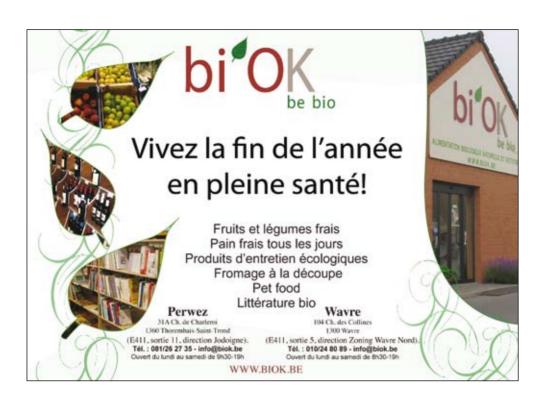
Si le seuil critique varie en fonction de la composition des huiles et autres corps gras, il reste pourtant à noter que plus un corps gras a une teneur en acides gras insaturés, et plus le point critique est bas. Cependant, on peut affirmer qu'en règle générale, les corps gras atteignent leur seuil critique à : 130° pour le beurre ; 135° en moyenne pour les margarines [du moins celles qui supportent la cuisson] ; 180° à 220° pour les huiles selon leur composition.

Si une huile a une haute teneur en acides gras insaturés, il est fortement déconseillé de la surchauffer [c.à.d. à plus de 180°] car elle deviendrait toxique puisque les acides gras libérés peuvent se polymériser.

D'une manière générale, pour les simples cuissons qui ne nécessitent pas de très fortes températures, toutes les huiles peuvent être utilisées, mais en étant conscient que la vitamine A qu'elles peuvent contenir sera détruite à partir de 100° C.

De l'utilisation des huiles en fonction de leur résistance à la chaleur

La législation actuelle oblige les fabricants à indiquer si une huile contient plus de 2% d'acides linoléiques. Dans ce cas, son usage est uniquement possible pour l'assaisonnement. Ces huiles seront donc vendues sous l'appellation «huiles d'assaisonnement».





Origine	Température critique en °C
arachide	220
carthame	220
olive	210
tournesol	160 à 200
pépin de raisin	150
sésame	150
soja	150
germe de maïs	140
noix	140
pépin de courge	140
palme	240 à 260

De manière assez inattendue, l'huile d'olive est déconseillée pour les fritures. Elle est plutôt à consommer crue, ce qui préserve ses qualités et sa digestibilité. L'huile de maïs et de tournesol sont données pour ne pas être utilisées à plus de 170°C. Les huiles de noix et de soja ne supportent pas le chauffage.

Huiles moins connues

L'huile de palme [non raffinée, ni traitée] est considérée comme l'aliment le plus riche en vitamine A, elle en contient environ 15 fois plus que la carotte. C'est également le produit végétal le plus riche en β-carotène, ce qui lui donne une teinte orangée à rouge

selon sa concentration en caroténoïdes.

Du fait de son très faible coût de production, on la retrouve dans un très grand nombre de produits alimentaires et cosmétiques. Il faut cependant être vigilant quant à son lieu d'origine et son mode de production. Mieux vaut, en effet, ne pas encourager l'abattage des plantations de palmiers comme carburant écologique au détriment de la forêt vierge, ni l'exploitation de la terre et des travailleurs au profit du commerce...

L'huile de coco est une huile alimentaire de très bonne qualité qui peut être consommée directement. Le coprah est l'albumen séché de la noix de coco. L'huile obtenue à partir du coprah est très riche en acides gras saturés, ce qui lui confère la propriété d'être solide à la température ambiante. Elle entre souvent dans la fabrication de graisses végétales et de margarines. Sa richesse en potassium, fer, magnésium, phosphore, cuivre et zinc lui donne une bonne valeur nutritive.

Ioanna Del Sol

Références : «Les Huiles Végétales pour votre santé» de Martina Krcmar chez Dangles, <u>pratique.fr</u> & wikipédia.





les APHRODISIAQUES naturels

Sujet «décallé» dans ces pages ?
Pas à notre sens ... Si nous vous
parlons des alternatives aux antidépresseurs, pourquoi ne pas traiter
le sujet - ô combien tabou - des
alternatives aux boosters de libido ?

out comme la dépression, la perte de libido peut être passagère, récurrente ou installée ; tout comme la dépression, elle amène son lot de souffrances générées par la culpabilité, le jugement, la difficulté relationnelle ... Pourquoi dès lors ne pas en parler? D'autant plus que ces deux états sont fortement liés : l'état dépressif amène généralement une diminution - plus ou moins forte - de la libido. Cependant, la dépression n'est qu'un des facteurs qui interviennent dans la perte de l'appétit sexuel. D'autres facteurs pouvant entrer en ligne de compte sont le stress, les traumatismes physiques ou émotionnels, la fatique physique ou intellectuelle, les bagages conscients ou inconscients du passé... Alors, plutôt que de recourir aux remèdes-miracles dont nous, utilisateurs de courrier électronique, sommes inondés dans nos boîtes-mail, voici un aperçu des alternatives que la nature nous offre et que nous utilisons bien souvent inconsciemment au quotidien!

Aphrodisiaques connus et moins connus

Si le manque d'entrain sexuel [voire d'oc-

casionnelle impuissance ou frigidité] est lié à un trop grand stress et une fatigue profonde, une cure de *rhodiole* viendra à notre secours. En plus de ses vertus énergétiques, elle apporte bonne humeur et enthousiasme.

Le très célèbre *ginseng* est lui recommandé par Michel Pierre, directeur de l'Herboristerie du Palais Royal à Paris : «son action anti-fatigue et anti-stress agit sur l'état général de la personne, et peut donc contribuer à améliorer l'état de son activité sexuelle» explique-t-il. Consommé en poudre ou en comprimés, il nécessite toutefois une cure longue et régulière pour être efficace.

On sait depuis longtemps que le *chocolat* stimule la fabrication d'endorphines. Ces hormones du bien-être favorisent un état de relaxation et de détente.

Attention toutefois : c'est le cacao qui contient les principes actifs du chocolat et pas le sucre, usons donc de chocolat noir!

Le *ginko biloba* est extrêmement riche en antioxydants et possède d'extraordinaires vertus vasodilatatrices des vaisseaux capillaires et des extrémités. Il améliore la circulation du sang et l'oxygénation des muqueuses génitales et du cerveau.

Le parfum de *vanille* semble bel et bien être aphrodisiaque. On peut utiliser son arôme dans une huile de massage sensuelle ou encore dans un dessert romantique.

La *maca*, plante originaire de la Cordillère des Andes, est l'une des meilleures plantes aphrodisiaques au monde. Son action se fera surtout sentir dans la durée par un supplément d'énergie, de vitalité, d'appétit sexuel.

La *cannelle* est une épice très largement utilisée depuis longtemps pour ses propriétés aphrodisiaques. Elle réchauffe et active la circulation sanguine.

Le *gingembre*, dont la réputation n'est plus à faire, semble pourtant être plus un tonique qu'un véritable aphrodisiaque. Cependant, s'il est autant utilisé comme aphrodisiaque au Japon, en Turquie, en Inde ou encore en Arabie, c'est qu'il y a une raison...

La *noix de muscade* est connue depuis longtemps pour ses propriétés aphrodisiaques en ce qu'elle est apéritive, c.à.d. qu'elle ouvre l'appétit... sexuel aussi ! Une boisson chaude additionnée de cannelle, de muscade, de poivre et de gingembre réchauffe les sens. On peut aussi râper la noix de muscade sur ses aliments.

L'ashwagandha, plante fondamentale dans l'ayurveda, est traditionnellement associée au traitement de l'impuissance. De récentes études néanmoins ont prouvé son efficacité dans la régulation du système hormonal également.

L'arginine est un acide aminé dont une des propriétés est de fabriquer de l'oxyde nitrique, la substance chimique naturelle la plus puissante pour dilater les vaisseaux sanguins des organes sexuels.

Pour terminer, il nous semble important de rappeler qu'à travers ces articles nous ne sommes que le doigt qui appuie sur l'interrupteur, c.à.d. que nous ne faisons qu'éclairer telle ou telle possibilité. Nous ne pouvons que vous enjoindre à faire appel aux conseils et à la guidance d'un praticien de santé avant d'entamer quelque cure ou quelque thérapie que ce soit...

Ioanna Del Sol

Référence : «Guide des Aphrodisiaques Naturels» de Vivian Alba aux Editions Equilibre.



Tant à lire et si peu de temps ! **PHOTOREADING**®

Technique de pointe en neurosciences, le PhotoReading® offre la possibilité d'aborder allègrement la pile de livres et de revues qui s'accumulent souvent à la maison ou au bureau.

Le PhotoReading® n'est pas un nouveau genre de lecture rapide. Il nous invite à lire avec la *totalité du cerveau* et non plus seulement avec l'hémisphère gauche comme on nous l'a enseigné à l'école, en s'appliquant à déchiffrer les mots les uns après les autres. Cette façon de procéder date de l'invention de l'imprimerie!

Elle devient complètement obsolète à l'ère où le volume des connaissances évolue par bonds gigantesques. C'est une aberration également de vouloir parcourir un texte en s'efforçant en même temps d'en comprendre le sens et d'en retenir l'information. Les études démontrent que le cerveau fonctionne de manière optimale dans la rapidité, la fluidité, le plaisir et le lâcher-prise.

Paul Scheele, directeur de Learning Strategies Corporation (Minneapolis, USA), avait bien compris cette évidence lorsqu'il créa, en 1986, la méthode d'ap-

prentissage accéléré appelée PhotoReading®. Son livre est traduit aujourd'hui en quinze langues. Ces formations remportent un succès grandissant sur les cinq continents.

Ce type de lecture exploite les aptitudes des deux cerveaux. L'hémisphère droit, créatif et intuitif, est capable de capter des milliers d'informations à mesure qu'il «photographie mentalement» les documents à la vitesse d'une page par seconde. Ainsi un ouvrage de 300 pages se PhotoLit en cinq minutes tandis que son contenu est emmagasiné dans le subconscient. Vingtquatre heures plus tard, diverses stratégies de l'hémisphère gauche, analytique et logique, aiguiseront la mémoire à long terme et dirigeront vers le conscient ce qui a été enregistré pendant la PhotoLecture.

Si votre métier nécessite que vous acquériez régulièrement de nouvelles informations pour rester compétitif, vous saisirez l'opportunité d'utiliser les techniques enseignées pendant le stage pour accroître votre efficacité et votre productivité professionnelles.

Si vous êtes un étudiant accablé par le nombre de pages à assimiler, vous PhotoLirez vos syllabus en début de semestre et la matière vous paraîtra alors plus rapidement compréhensible quand vous assisterez aux cours. Vous dispose-

rez ainsi d'outils d'apprentissage performants pour rester zen, tirer meilleur parti des prodigieuses capacités du cerveau, passer moins d'heures à bûcher... et réussir brillamment vos examens!

Si votre objectif majeur consiste à améliorer votre savoir dans vos domaines de prédilection, à avoir davantage de temps libre, à développer votre concentration, votre mémoire et votre plaisir de lire, vous réaliserez que le PhotoReading® est fait pour vous...



En apprenant à PhotoLire vous découvrirez que votre cerveau est capable, en quelques minutes, d'emmagasiner l'essentiel d'un texte dans la mémoire à long terme.

<u>Dates des formations</u> <u>1er semestre 2009 à Bruxelles :</u>

- janvier/février sa/di 17, 18 janv., 1^{er}fév.
- **février** je/ve 5, 6, 13
- mars sa/di 14, 15, 28
- avril/mai sa/di 25, 26 avril, 9 mai
- juin lu/ma 15, 16, 22
- juillet sa/di 11, 12, 25

Séminaires animés par Marion Ceysens

première formatrice européenne en PhotoReading®

Tél.: 02 374 42 93 marionceysens@skynet.be www.cpossible.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

Conférence-débat. 10/12. 19h - 22h30. Sur le thème «Comment sortir du carcan éducationnel ?» sur base du film «Nell» de Michaël Apted. Réservation souhaitée. Rosca Brindusa, praticienne en thérapie psychocorporelle évolutive®. Centre Ressourcements. Welriekendedreef, 45. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37 - 0486 603 683. info@ ressourcements.be - www.ressourcements.be

Le bonheur ou le stress. 11/12. 20h. La décision de chaque instant. Découvrez les 6 stratégies du bonheur. Eric Remacle, auteur et psychologue. Espace Coghen. Avenue Coghen, 219. 1180 BRUXELLES. 0477 393 153. info@bonheur-ou-stress.com

L'Essence des Lettres hébraïques. 11/12. 20h. Une nouvelle lecture de ces lettres, clés pour nous aider à construire nos vies dans une dialectique dynamique. Expo et performance. Frank Laloux, calligraphe, écrivain, essayiste dans les domaines bibliques et Martine Bosi, massothérapeute et chorégraphe de danse sacrée. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

«Bernard Montaud en intimité». 11/12. 20h. Présentation du film, suivie d'une rencontre avec Patricia Montaud, épouse et collaboratrice de Bernard Montaud et Bruno Berte, psychanalyste corporelle. Maison N.D du Chant d'Oiseau. Avenue des Franciscains, 3a. 1150 BRUXELLES. 02 770 52 88 - 0476 599 044. Voir rubrique «avant première»

Ancien et mystique Ordre de la Rose-Croix. 12/12. 20h. Groupe de discussion animé par Mr. J. CL. Moureau. Jean-Marie Beduin. Galerie du Roi, 30. 1000 BRUXELLES. A.M.O.R.C.. 02 344 44 91.

Comment revivre suite à des abus sexuels? 12/12. 20h - 22h30. Comment sortir des comportements de survie après avoir vécu un abus sexuel et pouvoir ensuite «rentrer» dans la vie? Christine Choppin, psychothérapeute. Centre Ressourcements. Welriekendedreef, 45. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37. info@ressourcements.be - www. ressourcements.be

Que signifie notre visage et celui des autres ? 12/12. 20h - 21h30. En comprenant notre visage et celui des autres, nous pouvons mieux communiquer, faire de nouveaux choix de vie et avancer vers nos objectifs essentiels. Nicolette Peyre, formatrice en kinésiologie spécialisée. Salle communautaire des Venelles. Venelle aux Jeux, 25. 1150 WO-LUWÉ-SAINT-PIERE. Nouvelles Alternatives. 0495 70 21 11. vanessa@alternatifs.eu

Nos histoires de famille. 4/12. 18h30. Comment les rendre positives et avoir des liens vivifiants afin de trouver notre vraie place dans la vie. Viviane Cangeloni, astrologue, thérapeute en constellations familiales. Be positive. Rue du Parnasse, 1. 1050 BRUXELLES. 02 512 12 32.

Image de Soi. 15, 29/12, 12, 19, 26/1 ou 2/2. 19h. Votre bienêtre passe aussi par l'image que vous donnez. Comment votre apparence parle-t-elle de vous ? Josette (Jo) Charlier, conseillère en Image Personnelle. Chaussée d'Alsemberg, 93. 1180 BRUXELLES. 0476 608 4 81. charlierjosette@hotmail.com

Développer votre intelligence émotionnelle. 16/12. 20h - 22h. A tout âge. Eric Remacle, formateur en intelligence émotionelle depuis 15 ans. Espace Coghen. Avenue Coghen, 219. 1180 BRUXELLES. bonheur ou stress.com. 0477 39 31 53. info@bonheur-ou-stress.com

Mettre de l'ordre dans sa vie. 16/12. 20h - 22h. Réaliser son potentiel. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. IMAGINE. Avenue Camille Joset, 15. 1040 BRUXELLES. 02 736 31 38 - 0486 760 927. pierre.catelin@imagine-aa.org

La Lumière dans l'Homme. 16/12. 20h - 22h. Il existe au coeur de chacun une étincelle d'Esprit, seule connexion avec notre Conscience Divine. New Hôtel Charlemagne. Boulevard Charlemagne, 25-27. 1000 BRUXELLES. Lectorium Rosicrucianum Asbl. 09 225 43 16 -0475 46 71 34. info@rose-croix. be

Qui fuis-je? Où cours-tu? A quoi servons-nous? 16/12. 20h. L'intériorité citoyenne. Thomas d'Ansembourg, formateur, auteur et conférencier. Centre Saint Marc. Avenue De Fré, 74. 1180 BRUXELLES. Production coeur.com. 067 84 43 94.

Technique Alexander. 18/12. 20h30 - 21h45. Le bon usage et le contrôle de soi lors de la manifestation de nos peurs. Athanase Vettas, professeur de Technique Alexander. Rue Solleveld, 53. 1200 BRUXELLES. Equilibre-coordination-mouvement Asbl. 02 427 02 69 - 0477 291 053. info@techniquealexander.be

Du vide et de la création. 18/12. 20h. Interrogation sur les caractéristiques fondamentales du macrocosme environnant, sur la pluralité des univers, le vide et la création multiple. Michel Cassé, astrophysicien, directeur de recherche au Commissariat à l'énergie atomique. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXEL-LES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be Voir rubrique avant-première.

Hommes & Femmes en quête d'autonomie. 19/12. 19h30 - 21h30. Une rencontre pour ceux et celles qui veulent adopter un nouveau style de vie. Une soirée d'échange. Françoise Griffet, Linda Ansaldi, thérapeute en énergétique intégrative. Centre EF. Chaussée de Waterloo, 1176. 1180 UCCLE. Griffet Management. 0477 462 221 - 0475

Apprendre l'hypnose, pour soi même ou pour aider les autres est maintenant à la portée de tous! **HYPNOVISION**

Formation complète en hypnose présentée par Lee PASCOE

Instructrice certifiée de la National Guild of Hypnotists

Lee Pascoe

Un ensemble de techniques à la fois simbles à intégrer et extraordinairement efficaces... Des inductions rapides, un travail avec la conscience intérieure pour dénouer les blocages, un travail sur les habitudes alimentaires et la tabagie...

HYPNOVISION est une formation hors du commun! En quatre jours déjà, les participants seront capables d'utiliser tou-

tes les suggestions et autres éléments essentiels à la pratique de l'hypnose.

L'intérêt d'apprendre l'hypnose par un stage pratique intensif est évident : une assimilation rapide des techniques par l'expérimentation directe.

Au menu du cours :

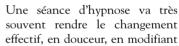
- Induire, approfondir et maintenir une transe hypnotique
- Utiliser des inductions rapides et le langage hypnotique
- Différentes approches pour remonter à la source d'un problème et le résoudre
- Déprogrammer les anxiétés et phobies
- Eliminer les habitudes non désirées
- -Travailler sur le poids, les habitudes alimentaires et les dépendances tabagiques

Au cours d'une séance d'hypnose, c'est le sujet lui-même qui exprime ce qu'il désire conscientiser ou modifier, l'hypnotiseur n'impose jamais ses propres idées, il est juste là pour aider le sujet à atteindre un état de conscience qui lui permettra grâce à des suggestions spécifiques, d'effectuer les modifications bénéfiques qu'il souhaite mettre en place.

Hypnovision (4 jours): les 5, 6, 7 et 8 mars 2009 ou 10, 11, 12, 13 septembre 2009.

Le cours est concu à l'usage des professionnels de la santé, coachs, enseignants et autres travailleurs sociaux, à tous ceux qui se vouent à un cheminement d'aide aux personnes et intéressera aussi tous ceux qui veulent simplement apprendre l'hypnose à des fins de recherche et de progrès personnels.

Très souvent, lors d'ateliers d'évolution personnelle, (décodage biologique, héritage transgénérationnel,...), des prises de consciences importantes se font. Ces évidences, aussi importantes soient-elles, ne donnent pas toujours le déclic pour changer.



un programme qui n'a plus de raison d'être pour nous!

En effet, une part importante du travail est axé sur les programmations négatives installées dans le passé. Les schémas répétitifs pourront être compris et reprogrammés : les obstacles à la réussite relèvent souvent d'un auto-sabotage inconscient!

Programme de cours complet sur le site : www.lesoutilsdumieuxetre.be Ou sur demande au 071 87 50 32 (Asbl Alpha et Oméga) Alpha.omega@scarlet.be

62 96 05. fr.griffet@gmail.com

Nouvelles techniques pour soulager le mal de dos. 19/12. 20h - 21h30. Comment aborder ces techniques, ce qu'on peut en attendre, comment les associer, et en fin de compte, comment progresser vers l'autonomie. Jean-Pierre Norguet, partage avec d'autres son parcours atypique de soins du dos. Salle communautaire des Venelles. Venelle aux Jeux, 25. 1150 BRUXELLES. Nouvelles Alternatives. 0495 702 111. vanessa@alternatifs.eu

Promenade aux flambeaux. 20/12. 19h30 - 21h. Passage du solstice d'hiver par méditation et promenade aux flambeaux Gratuit. Flambeaux en vente aux profit du tiers monde. Joël Libert, formateur en Psychoénergie. Forêt de Soignes. Kapucijnendreef. 3090 JEZUS EIK. Timotheus-Intuition Asbl. 0498 73 31 84. info@timotheus-intuition he

Femmes en quête d'autonomie. 22/12. 13h30 - 15h30. Une rencontre de femmes qui veulent adopter un nouveau style de vie. Thème abordé : autonomie dans le couple, famille, société. Françoise Griffet, Linda Ansaldi, thérapeute en énergétique intégrative. Centre EF. Chaussée de Waterloo, 1176. 1180 UCCLE. Griffet Management. 0477 46 22 21 - 0475 62 96 05. fr.griffet@gmail.com

Réveillon Biodanza pour tous. 31/12. Vivencia pour Adultes. Vivencia et animations pour enfants. Chants, soirée dansante. Caroline Dekeyser, professeur de biodanza 1180 BRUXELLES. 0474 976 798. caroline@transcendance.be - www.transcendance.be

Being present. 5/1 et 2/2. 20h. Réunions d'introduction le 1er lundi du mois. «Rappelle-toi toi-même toujours et partout». Gurdjieff. Gurdjieff-Ouspensky Centre. 1150 BRUXELLES. Fellowship of friends. 0476 302 641. brussels@beingpresent.org - www.beingpresent.org

Porte ouverte de Biodanza. 8/1 et 5/2. 19h30 - 22h30. Sentez plus de plaisir dans la vie, mettez en lumière votre identité, vivez plus affectivement, évadez-vous sur des rythmes et mélodies variés. **Géraldine Abel,** formatrice et codirectrice de l'école de Biodanza de Toulouse. 1180 BRUXEL-LES. VIVENCIA Asbl. 0495 35 04 05. vivencia@vivremieux.org

Séances gratuites Eutonie GA. 8 ou 15/1. 18h - 19h. Relaxation, gérer le stress, le dos, l'anxiété au quotidien. Recherche du mouvement économique, fonctionnel. Benoît Istace, eutonipédagogue, psychomotricien. Grenier d'Hortense. Avenue Charbo, 15. 1030 BRUXELLES. 087 22 68 62. www.istace.comwww.easystress.be

Homéopathie et allopathie: quelles différences ? 9/1. 20h - 21h30. Pour rectifier certains lieux communs qui persistent à se généraliser et entretiennent des idées abusives sur l'homéopathie. Jacques Grosjean, médecin, étude et pratique l'homéopathie. Salle communautaire des Venelles. Venelle aux Jeux, 25. 1150 BRUXELLES. Nouvelles Alternatives. 0495 702 111. vanessa@alternatifs.eu

Méthode de Libération des Cuirasses MLC . 12/1. 20h15 - 22h. Séance découverte : fluidifier le corps, assouplir le mental, libérer l'énergie de vie. Mouvements doux et profonds. Christine Lambert, formée par Marie-Lise Labonté MLC / I.T. 1200 BRUXELLES. 0494 475 713. chrislambrosi@yahoo.fr

Sens et Abondance 13/1. 20h - 22h. Se créer une vie passionnante. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. Centre Imagine. Avenue Camille Joset 15. 1040 BRUXELLES. 02 736 31 38 - 0486 76 09 27. pierre.catelin@imagine-aa.org

Ma Cuisine Intérieure. 13/1 ou 10/2. 19h - 21h30. Venez entendre parler différemment de l'obsession du poids et des régimes, de la boulimie, de l'anorexie... personne n'est coupable de sa souffrance. Michel Gillain, gestalt-thérapeute. Ma Cuisine Intérieure. Avenue Louise, 505. 1050 BRUXELLES. 02 648 48 51 - 0475 312 715. michelgil@skynet.be

La respiration holotropique - approche transpersonnel. 14/1. 20h. Alliance de savoirs chamaniques et de découvertes en neurophysiologie, utilisant des musiques évocatrices et un travail corporel adapté. Bernadette Blin, psychologue et psychothérapeute. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl. be Voir rubrique avant-première.

L'animal est-il un (bon) modèle de l'Humain? 15/1. 20h. L'intérêt de ces comparaisons est plus dans la manière dont nous procédons et dans les questions que nous posons aux animaux que dans les résultats. Vinciane Despret, psychologue et dr en philosophie. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Massage, bien-être. 16/1. 19h30 - 21h30. Comment l'art d'être plus présent à soi et à l'autre apporte une interaction particulière au massage et crée une sphère de bien-être. Patrick Defauw, masseur, ostéo douce. Salle Polyvalente. Venelle aux Jeux 25. 1150 WOLUWE SAINT PIERRE. Nouvelles Alternatives. 0495 702 111. vanessa@ alternatifs.eu

L'Aventure de l'Ecriture. 16/1. 19h - 21h30. Rencontre avec un écrivain et lecture de textes. Le thème : l'écriture comme un chemin pour être soi, distinct de nos ascendants et descendants. Lydia Flem, psychanalyste et auteur. Maison des Arts. Chaussée de Haecht, 147 . 1030 SCHAERBEEK. L'atelier des Mots. 02 537 83 82. Voir rubrique "avant-première".

Régénérer sa vitalité. 17/1. 16h - 17h30. Comment adapter notre alimentation aux besoins actuels et spécifiques de notre santé? Anne Denis, naturopathe, auteur. Centre de fitness. Rue de la Luzerne, 40. 1030 SCHAERBEEK. Ateliers Saphir. 02 734 15 49 - 02 649 83 06. adsaphir@ qmail.com

Vivre en pleine forme. Très longtemps. 19/1. 20h - 22h. La Fontaine de Jouvence. Pierre Catelin, créateur de l'Approche

Votre choix : la guérison et l'accélération de votre évolution !

La Reconnexion®

La Reconnexion® n'est ni une technique, ni un don, ce sont des fréquences anciennes et nouvelles. Anciennes parce qu'elles font depuis toujours partie de l'Univers et nouvelles parce qu'elles ont été récemment ressenties sur la Terre. Ces fréquences vibratoires font partie d'un spectrum de Lumière et d'Information d'un endroit d'harmonie parfaite de l'Univers. Quand nous rentrons en contact avec ces fréquences, nous commençons à ressentir des changements dans notre corps. Les vibrations s'incorporent en nous et feront à tout jamais partie de nous-mêmes. Chaque jour de plus en plus de personnes en font l'expérience.

La Guérison reconnective

La Guérison reconnective utilise ces fréquences permettant la guérison du corps, de l'âme et de l'esprit. Très différente du Reiki, du Johri, de la guérison pranique ou de toute autre soin, elle transcende totalement tout ce que vous connaissez car elle est multi-dimensionelle et utilise toute la gamme de fréquences.

Dès le début de la séance, vous êtes initié à ces énergies qui élèvent votre taux vibratoire, et cellesci continueront à travailler longtemps après votre visite. Vous serez à jamais transformé par ces soins. Une séance dure 30 minutes en position allongée. Elle vous laisse une sensation de détente, de calme et de sérénité. Peu à peu des changements s'opéreront dans votre corps. La guérison peut se produire dès la première séance.

La Reconnexion®

La Reconnexion® est une expérience déterminante dans votre vie... Concrètement, elle apporte une incroyable accélération de votre évolution sur votre Chemin de Vie... Vous êtes à nouveau ré-aligné, reconnecté.

À l'origine, les méridiens de notre corps étaient connectés aux réseaux de la Terre qui se croisent dans les hauts lieux énergétiques de la planète comme le Machu Picchu, la grande Pyramide du Caire, etc... Les lignes de ces réseaux sont connectées à l'univers tout entier. A un moment de notre histoire, nous avons perdu leur connexion.

La Reconnexion® fait appel à ces lignes et les réactive, permettant ainsi un échange d'Energie, d'Information et de Lumière, la reconnexion des brins d'ADN et la réintégration des «cordes» de l'univers

La Reconnexion® nécessite deux séances de 45

minutes à 24h ou 48 h d'intervalle, une fois dans votre vie.

Les origines de la Reconnexion®

Eric Pearl a tenu un cabinet de chiropraxie pendant douze ans. En 1993, suite à une expérience particulière, ses patients commencèrent à guérir miraculeusement de diverses maladies et affections importantes. Ainsi débutait le travail de la Reconnexion®.

Le travail du Dr Pearl a depuis suscité un immense intérêt auprès des chercheurs, docteurs et universités du monde entier.

Son travail est largement documenté dans son livre, «La Reconnexion : Guérir les autres et se guérir soi-même».

Eric Pearl voyage et enseigne dans le monde entier, activant les facultés innées de guérison des personnes et diplômant des praticiens. Afin d'en savoir davantage sur la Reconnexion®, procurezvous un exemplaire du livre d'Eric Pearl ou visitez son site internet: www.thereconnection.com

Formation de praticien de la Reconnexion®: nécessite une Reconnexion® préalable.

Praticiennes de la Guérison reconnective® et de la Reconnexion® à Rhode-Saint-Genèse (à proximité de Uccle et de Waterloo)



Christine Neve, Eric Pearl, Christina Jékey

Christine Neve 02 660 72 07 ou 0475 463 168

Christina Jékey 02 381 24 71 ou 0479 129 460

Renseignements et prise de rendez-vous : du lundi au vendredi entre 8 et 9h

de l'Alignement. Centre Imagine. Avenue Camille Joset, 15. 1040 BRUXELLES. 02 736 31 38. contact@imagine-aa.org

Conférence-débat. 21/1. 19h - 22h30. Sur le thème «Comment passer de la blessure de rejet à l'amour inconditionnel», sur base du film «Il y a longtemps que je t'aime» de Philippe Claudel. Rosca Brindusa, praticienne en thérapie psycho-corporelle évolutive®. Centre Ressourcements. Welriekendedreef, 45. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37 - 0486 603 683. info@ressourcements.be - www.ressourcements.be

Les enjeux des constellations. 22/1. 20h. Un travail de paix, de dépassement des clivages et des conflits générateurs de mal-être et de maladies qui font appel à l'inconscient collectif. Marie-Thérèse Bal-craquin, infirmière clinicienne, thérapie systémique des familles. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Croisière-séminaire en 2009. 22/1. 20h - 21h30. Soirée d'info :» A la rencontre des Dauphins, à la rencontre de soi-même», échanges, plaisir et joie de vivre dans l'eau, Méditerranée en juin, Egypte en Août. Marie-Christine Parret, spécialiste RH - animatrice. 1170 BRUXELLES. Dolphin Reviv'l. 0499176795. dolphinrevival@skynet.be

La Ménopause : passe-âge de femmes. 22/1. 20h. Beaucoup de femmes croient encore faussement qu'elles le sont devenues à leur puberté et que l'arrêt de leurs règles signe le glas de leur féminité. Eduard Van Den Bogaert, médecin. Rue de la Victoire, 158. 1060 BRUXELLES. 0499 075 789. 7evidences@live.be

Qu'est-ce qu'«être libre»? 23/1. 19h30 - 21h30. Un exposé interactif qui pourrait grandement changer votre vie. Atelier découvertes le 8-9/1 à Namur. Sono, tantrika. Salle communautaire polyvalente des Venelles. Venelle aux Jeux, 25. 1150 WOLUWÉ-SAINT-PIERRE. 02 305 3039 - 0488 270 399. info@ livingtantra.be

A Portée du Son (concert). 23/1. 20h. Le bruit nous divise, la musique nous divinise. Elle rend au corps la part de l'esprit. Jean-Paul Dessy, compositeur, chef d'orchestre et violoncelliste. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Mettre de l'ordre dans sa vie 26/1. 20h - 22h. Réaliser son potentiel. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. Imagine. Avenue Camille Joset, 15. 1040 BRUXELLES. 02 736 31 38 - 0486 760 927. pierre.catelin@imagine-aa.org

L'argent, une ressource spirituelle ? 29/1. 20h. L'argent est un outil qui, suivant notre ouverture de conscience, va nous écarter de notre chemin de vie ou être une formidable ressource spirituelle. Peter Koenig, spécialiste des rapports à l'argent. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Conférence et atelier MARC DE SMEDT

Rencontre - T. Deshimaru - Méditation Le 30/1 à 20h (conf) + les 31/1 et 1er/2 (atelier) au centre Les Sources à 1200 BXL

Infos : 02 771 28 81 ou www.tetra-asbl.be

Ma rencontre avec Taïsen Deshimaru. 30/1. 20h. Témoignage lucide et passionnant, sur les ombres et lumières de ce Maître remarquable. De la pratique du zazen. Marc De Smedt, journaliste, a suivi onze ans Maître T. Deshimaru. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Présentation de la Psychanalyse Corporelle. 3/2. 20h - 22h. Technique de revécu du passé basée sur 7 niveaux de lapsus corporels. Se réconcilier avec son passé pour mieux vivre son présent. Isabelle Barsamian, kinésithérapeute et psychanalyste corporelle. Cabinet médical Rue des Floralies, 85/27. 1200 BRUXELLES. 0495 208 901. ibarsamian@brutele.be

L'autre richesse-argent, travail et sens de la vie. 5/2. 20h. Criti-

que existentielle et spirituelle de l'économie pour ouvrir les yeux sur nos potentiels anthropologiques gaspillés et les voies d'une (r)évolution. Christian Arnsperger, économiste et philosophe. Les Sources. Rue Kelle, 48. 1200 BRUXELLES. Tetra. 02 771 28 81 resa@tetra-aspl be

Comment gérer le stress du diagnostic ... 5/2. 20h. et du pronostic dans une maladie dite incurable? Eduard Van Den Bogaert, médecin. Rue de la Victoire, 158. 1060 BRUXEL-LES. 0499 075 789.

Recherche généalogique et ostéopathie. 9/2. 20h - 22h. Introduction à l'ostéopathie intrapelvienne qui soulage les traumatismes inscrits dans les tissus génitaux. Christine Schweitzer, sage-femme, osthéopathe formée à la psychogénéalogie 1000. BRUXELLES. L'Atelier des mots. 02 537 83 82.

BRABANT WALLON

Soirées portes ouvertes. 10/12 et 17/12. 18h - 21h. Idées cadeaux bien-être pour les fêtes et présentation de la nouvelle formation : Voyage au Coeur de Soi-Même, nouveau cycle en février. Dominique Chauvaux, Léon Servais, consultants en développement personnel. Centre d'Epanouissement Personnel et Relationnel. Rue de Mont Saint Guibert, 18. 1340 OTTIGNIES. 010 48 35 40. dominique.chauvaux@cepr.be - www.cepr.be

Qu'est-ce que le Reiki Verseau ? 11/12 et 8 et 22/1. 20h - 22h. Une puissante méthode de soins énergétiques qui applique la théorie du dédoublement afin de soigner les blessures du corps, de l'esprit et de l'âme. René Dumonceau, initiateur du Reiki Verseau, maître-enseignant reiki Usui et Shamballa. Coaching Création Asbl. Rue de la Croix, 20. 1410 WATERLOO. 0477 19 230 - 0475 618 542. rene_dumonceau@hotmail.com

Conférence d'information. 12/12.20h. L'I.E.M.N., la nouvelle Ecole de Naturopathie ouvre ses portes dès janvier 2009. Institut Européen des Médecines Naturelles. Rue de l'Eglise, 13. 1325

Upledger Institute Belgium

Devenir thérapeute crânio-sacré...

La formation s'adresse à toutes les personnes qui pratiquent ou souhaitent pratiquer une thérapie corporelle qui vise à accompagner l'individu dans son bien-être physique et émotionnel.

Elle est composée de différents modules qui permettent à l'étudiant, de se familiariser au système crânio-sacré et à la palpation du rythme par la pratique, tout en s'appuyant sur la connaissance de la structure et des tissus du corps humain ainsi que des aspects psycho-émotionnels:

Thérapie crânio-sacrée 1 (CST1):

Ce premier module est consacré à l'apprentissage de la «perception» du rythme crânio-sacré, du contact et d'un protocole en 10 étapes qui permet de détecter et de traiter les blocages au niveau des fascias et des articulations du corps et du crâne.

mato-émotionelle sera affiné et ce module permettra à chaque thérapeute de laisser libre cours à son expression dans sa relation d'aide à l'autre.

L'accompagnement de la libération so-

L'Institut fut fondé dans les années '70 par Upledger en Floride (USA). Depuis, plusieurs écoles ont vu le jour aux Pays-Bas, en Allemagne, en Italie, au Portugal, en Espagne, en Scandinavie, en Autriche, en Suisse, en Islande, en Irlande et en Israël. L'antenne belge (UIB) existe depuis l'automne 1998.

Nos professeurs sont formés par la maison-mère et exercent tous la thérapie crâniosacrée au quotidien.

Les certificats délivrés par l'UIB sont reconnus en Europe et certifiés par les USA comme pour tous les Instituts Upledger.



Thérapie crânio-sacrée 2 (CST2):

L'accent est mis sur l'approfondissement de la perception du rythme et une approche plus détaillée des os du crâne et de la face. Tout en apprennant à faciliter les processus autorégulateurs du corps et à faire le lien avec une approche somato-émotionnelle.

Libération somato-émotionnelle 1 (SER1):

Ce cours permettra d'intégrer le travail corporel physique et émotionnel par des techniques de libération des fascias et par le dialogue.

Libération somato-émotionnelle 2 (SER2):



Upledger BELGIUM Institute

Belgium www.upledger.be

Matinée Info à Liège le 24 janvier 2009

CST 1 : du 4 au 7 février 2009

Infos: 0496 381 740 Inscriptions: 0496 380 674

CORROY-LE-GRAND. 010 68 98 98. Inscription obligatoire.

Désert et ressourcement : soirée d'information. 15/12 ou 12/1. 20h - 21h30. Diaporama informatif sur les voyages au coeur du désert «semaines pour soi» : en Tunisie du 17-24 fév, en Libye, 8-19 mars : se re-centrer et se re-poser. Régine Van Coillie, psychologue, thérapeute. Avenue Albertine, 39. 1330 RIXEN-SART. 02 653 81 63.

Fête de Noël. 20/12. 17h - 23h. Théâtre Roméo et juliette, suivi du repas de Noél. Se retrouver dans l'ouverture du coeur pour un partage dans la joie, le rire et la complicité. Théatre de la Valette.1495 . Ittre. Ateliers & formations sprl Duco. 071 85 19 44. duboutdesyeux@skynet.be-www.toncoeursait.be.

L'an nouveau. 31/12. 20h - 3h. S'inscrire dés à présent pour organiser la logistique qui s'établira selon le nombre pour la location salle, traiteur, animation, musique. 1495 VILLERS-LA-VILLE. Duco Sprl. 071 85 19 44. duboutdesyeux@skynet.be - www. toncoeursait.be

Présentation des activités. 21 et 28/1. 20h - 22h. Consultations, stages, groupes et formations professionnelles en développement personnel, massage unifiant et réflexologie plantaire... Dominique Chauvaux, Léon Servais, consultants en développement personnel. Centre d'Epanouissement Personnel et Relationnel. Rue de Mont Saint Guibert, 18. 1340 OTTIGNIES. 010 48 35 40. info@cepr.be - www.cepr.be

Cosmétiques naturels "fait maison". 4/2. 20h - 22h30. Que votre beauté extérieure soit le reflet de votre bien-être intérieur. Béatrice Demartau, esthéticienne et infirmière. Centre d'Epanouissement Personnel et Relationnel. Rue de Mont-Saint-Guibert, 18. 1340 OTTIGNIES. 010 48 35 40. info@cepr.be - www.cepr.be

Film: 'L'Ayurveda' 8/2. 14h. Son rôle, son utilisation en Inde et dans nos régions. Entrée Gratuite. Atlantide asbl. Rue Bois Paris, 16. 1380 LASNE. 02 633 12 66. info@atlantideasbl.org.

LIEGE

Yoga derviche. 15/12. 19h -20h30. Pratique psycho-corporelle du calme de l'harmonie et de la santé. Séances fragmentées de yoga, taïchi, mouvements dynamiques, streching, relaxation. Christine Vanbrabant, monitrice certifiée par la L.U.S. Salle évêché. Rue des prémontrés, 3. 4000 LIÈGE. 0477 475 973 - 04 252 37 15.

Choeur Nomade : chant à la découverte de Soi. 15/12. 19h30. Rencontrer sa voix et son rythme intérieur mais aussi un espace où chacun(e) pourra s'imprégner de polyphonies traditionnelles. Renaud Vallée, psychothérapeute. Espace de ressourcement. Rue Schmerling, 11. 4000 LIÈGE. 0479 846 329. info@metamorph-oz.be

Les astuces. 18/12. 20h - 22h. Thés - tisanes et «compagnons chauds». Abordez de façon pratique les attitudes, les réflexes de santé simples et efficaces pour mieux vivre! Silviane Walti, naturopathe, herboriste. L'élémen' terre. Rue Michel Beckers, 50b. 4601 ARGENTEAU. 04 379 53 58. lelementerre@skynet.be

Nadi-yoga. 18/12. 18h - 19h30. Permet de rétablir des connections énergétiques et ainsi poser les bases d'un véritable bien-être ou d'un retour à la santé. Christine Vanbrabant, monitrice certifiée par la L.U.S. Salle évêché. Rue des prémontrés, 3. 4000 LIÈGE. Yoga derviche. 0477 475 973 - 04 252 37 15. yogaderviche@yahoo.fr

Prévisions astrologiques pour 2009/2010. 29/12. 20h - 22h. La crise mondiale va-t-elle se calmer ? Qu'est-ce qui nous attend à moyen terme ? Et qu'y puis-je moi, simple citoyen ? **Michel Dengis**, astrologue. La Convi. Rue de Wergifosse, 22. 4630 SOUMAGNE. 04 377 52 44.

Reiki-Usui Porte-Ouverte. 20, 21/12, 17 et 18/1. 14h - 18h. Se découvrir, devenir Soi en mieux. Le Reiki nous pousse à la découverte de nous-même pour une vie plus harmonieuse. Gérald Sundermann, maître en Reiki. Centre Ananda. Rue de la Résistance. 210. 4351 HODEIGE.

0486 863 839. centre-ananda@skvnet.be

Promenade aux flambeaux. 21/12. 18h30. Passage du solstice d'hiver en méditation et promenade aux flambeaux. Gratuit. Flambeaux en vente pour tiers monde. Martine Struzik, formatrice en psycho-énergie. Côteaux de la Citadelle. Passerelle Espace St Léonard. 4000 LIÈGE. Timotheus Intuition Asbl. 0493 776 515. info@timotheusintuition.be

Sur la magie holistique. 7/1. 19h30. Lydie Elizabal, maître de la magie de génération en génération. Chez Providence. Rue Charles Lejeune, 9. 4300 WA-REMME. 019 67 68 11.

Energétique Chinoise - Porte-Ouverte. 11/1 et 8/2. 14h - 18h. Découvrir cette art ancestral de guérison. Gérald Sundermann, maître en Reiki. Centre Ananda. Rue de la Résistance, 210. 4351 HODEIGE. 0486 863 839. centre-ananda@skynet.be

L'eau a une mémoire qui nous parle. 13/1. 20h - 22h30. Pour apprendre à nos enfants le message que l'eau porte en elle. Minthé, inspirée par les travaux du Dr Masuro Emoto. La Convi. Rue de Wergifosse, 22. 4630 SOUMAGNE. 04 377 52 44. infi@laconvi.be

A la rencontre de l'énergie essentielle du son et de la voix. 13/1. Conférence-atelier. Comment éliquilibrer les énergies et les mémoires émotionnelles par l'harmonisation vibratoire dans la sphère sonore. Mira Chaar, musicienne, chanteuse. Arcanes de la Connaissance. Bld d'Avroy, 120. 4000 LIEGE. 04 222 19 17. Voir rubrique «avant première».

La Guérison des blessures Intérieures. 14/1. 20h - 22h30. La GBI permet, à la lumière de notre conscience spirituelle d'élever notre regard sur les épreuves et de nettoyer puis d'alchimiser ses blessures. Francisco Molina, conférencier et formateur en Guérison des blessures intérieures. Ancienne Bibliothèque de Heusy. Rue maison communale, 4. 4802 HEUSY - VERVIERS. Espace Equilibre. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.com.

La kinésiologie musicale. 14/1. 19h - 21h30. Conférenceatelier. Au service de la pédagogie et des musiciens. Outil incontournable pour la gestion du stress. Mira Chaar, musicienne, chanteuse. Arcanes de la Connaissance. Bld d'Avroy, 120 . 4000 LIEGE. 04 222 19 17. Voir rubrique «avant première»

«Défis pour l'Eglise au XXIe siècle» 15/1. 20h15 - 22h. Godfried Danneels, cardinal. Palais des Congrès de Liège. Esplanade de l'Europe, 2. 4020 LIEGE. Les Grandes Conférences Liégeoises Asbl. 04 221 93 74 - 04 221 92 21. bernadette. stassen@gclg.be - www.gclg.be

Connaître ses peurs et ses blessures du passé. 15/1. 20h - 22h30. Connaître ses peurs et ses blessures du passé pour s'adoucir à soi m'Aime et bien vivre le présent. Comment se connaître pour Se re-connaître? Sylvie Marx, psychothérapeute et médiatrice familiale. Ancienne Bibliothèque de Heusy. Rue maison communale, 4. 4802 HEUSY. Espace Equilibre. 087 229787. am@espace-equilibre.com.

Comment maîtriser et/ou éliminer la fatique ? 15/1. 20h - 22h30. Pour récupérer de l'énergie. Michel Lambert. La Convi. Rue de Wergifosse, 22. 4630 SOUMAGNE. 04 377 52 44. info@laconvi.be

« Lire en Soi...comme dans un livre » . 16/1. 20h - 22h30. Se basant sur l'astrologie, la numérologie et les fleurs de Bach, le livre de votre vie se déroule devant vous tels des remèdes personnalisés. Eric Michel, co auteur de la méthode EMBP. Ancien. Bibliothèque de Heusy. Rue maison communale, 4. 4802 HEUSY. Espace Equilibre. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.

Qui Fuis je? – Où cours tu? À quoi servons nous? 20/1. 20h - 22h30. Comprendre que devant les difficultés et les épreuves, ce que nous manquons, ce n'est pas de ressources, mais d'accès à ces ressources. Thomas d'Ansembourg, conférencier et auteur, psychothérapeute. Salle de l'Harmonie. Rue de l'Harmonie, 47. 4800 VERVIERS.

Espace Equilibre. 087 229787. am@espace-equilibre.com

La maladie a-t-elle un sens ? 29/1. 20h - 22h30. Enquête au-delà des croyances. Il est important de pouvoir attribuer un sens aux évènements de notre existence. Thierry Janssen, médecin, auteur. Salle de l'Harmonie. Rue de l'Harmonie, 47. 4800 VERVIERS. Espace Equilibre. 087 229787. am@espace-equilibre.com

Les astuces. 29/1. 20h - 22h. Pharmacie familiale: «de l'argile aux H.E.» Aborder de façon pratique les attitudes, les réflexes de santé simples et efficaces pour mieux vivre! Silviane Walti, naturopathe, herboriste. L'élémen' terre. Rue Michel Beckers, 50b. 4601 ARGENTEAU. 04 379 53 58 . lelementerre@skynet.be.

Vivre en Pleine Forme. 2/2. 20h - 22h30. La Méthode de «La Fontaine de Jouvence» combine nutrition, activité physique et un travail de changement des croyances. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. Ancienne bibliothèque de Heusy. Rue maison communale, 4. 4802 HEUSY - VERVIERS. Espace Equilibre. 087 229787. am@espace-equilibre.com.

« Le petit déjeuner est le repas à ne pas rater » 3/2. 20h - 22h30. Nous manquons de substances nutritives essentielles dont nous avons tous besoin pour être en bonne forme. Jacqueline Deboit, coach en Wellness, thérapeute GBI. Ancienne bibliothèque de Heusy. Rue maison communale, 65. 4802 HEUSY. Espace Equilibre. 087 229787. am@espace-equilibre.com

Quelle place pour votre unicité? 5/2. 20h - 22h30. Conférencedébat autour de votre potentiel inné et de comment l'orchestrer? Nous sommes tous uniques avec un talent unique. Qu'en faitesvous ? Nathalie Grosjean, psychologue, formée à différentes techniques de développement personnel. Ancienne bibliothèque de Heusy. Rue maison communale, 4. 4802 HEUSY-VER-VIERS. Espace Equilibre. 087 229787. am@espace-equilibre. com

HAINAUT

Integrated Energy Therapy. 11/12. 19h30. Présentation de l'IET, technique de guérison qui utilise l'énergie des anges pour libérer les empreintes énergétiques. Isabelle Croisiau, thérapeute. Le Coeur d'Améthyste. Rue du Collège, 10. 6000 CHARLEROI. Réaliance. 0494 413 885. Info@realiance.be

Dépressions nerveuses et états dépressifs (2). 20/12. 15h - 17h. Causes physiologiques et remèdes naturels en naturopathie traditionnelle et énergétique nouvelle. Bernard Roussel, naturopathe, psycho énergéticien. Avenue de la prévoyance , 1A. 6001 MARCINELLE. 071 43 16 94. laloidattraction@gmail.com. Réservations obligatoires.

Soin angélique. 8/1. 19h30. Nous possédons une carte de région cellulaire où chaque émotion correspond à une partie du corps, les animaux aussi. Isabelle Croisiau, thérapeute. Le coeur d'Améthyste. Rue du Collège, 10. 6000 CHARLEROI. Réaliance. 0494 41 38 85. Info@ realiance.be

Sommeil, énergie, rajeunissement. 17/1. 15h. La douleur, l'amincissement. Les réponses exceptionnelles de la science quantique applicables par tous pour tous. **Bernard Roussel**, thérapeute, psycho énergéticien. Avenue de la Prévoyance, 1A. 6001 MARCINELLE. 071 43 16 94. laloidattraction@gmail.com Réservations obligatoires;

Journée portes ouvertes Centre Retrouver Son Nord. 11/1. 13h30 - 18h. Conférences gratuites - 14h : psychothérapie et constellations familiales - 16h : radiesthésie, magnétisme et mémoires des murs et objets. Anne De Vreught, Baudouin Labrique, psychothérapeutes. Centre Retrouver son Nord. Bd du Nord 15. 6140 FONTAI-NE-L'EVÊQUE. 071 84 70 71. info@retrouversonnord.be

Naissance et émotions. 24/1. 15h. Comment les émotions prennent place au moment de la naissance. Leur implication dans la vie adulte. Bernard Roussel, naturopathe, thérapeute, astro-

logue. Avenue de la prévoyance 1A. 6001 MARCINELLE. 071 43 16 94. laloidattraction@gmail. com. Réservations obligatoires

Stress sans détresse. 28/1. 14h - 17h30. Techniques pratiques et faciles de gestion du stress pour nous aider dans la vie quotidienne. Cécile Hancart, instructrice en «Touch For Health». «Espace Bien-Etre». Rue des Flaches, 67. 6280 GERPINNES. I'Hêtre d'or Asbl. 071 43 55 53 - 0498 576 490. hetredor@skynet.be

Qui fuis-je? Où cours-tu? A quoi servons-nous? 29/1. 20h. L'intériorité citoyenne. Thomas d'Ansembourg, formateur, auteur et conférencier. Salle Gütenberg - Auditoires de la Plaine. 7000 MONS. Productions coeur. Com Asbl. 067 84 43 94.

J'apprends, donc je bouge... Le Brain Gym. 4/2. 20h - 22h. Ensemble de mouvements simples et amusants favorisant l'intégration cérébrale et permettant d'élargir nos capacités d'apprentissage. Marie Wetz, instructrice en BG. Rue de la Chapelle, 156, 6183 TRAZEGNIES. L'Hêtre d'or Asbl. 071 43 55 53 - 0498 576 490. hetredor@skynet.be

NAMUR - LUXEMBOURG

Le coaching pour tous. 11/12. 20h - 22h. Comment réaliser ses objectifs personnels ou professionnels, passer du rêve à la concrétisation. Formations en Life Coaching: modules de 3 jours. Anne & Christian, thérapeutes & coachs. 5300 ANDENNE. L'Eclaircie. 0472 960 773. anne@leclaircie.be

La Bioanalogie et l'Empreinte de naissance. 11/12. 20h. Une révolution dans la façon d'envisager les événements de notre vie en les transformant définitivement en opportunité de (re) découvrir notre talent personnel, unique et original. Anne Frogneux, pharmacienne. homeopathe, consultante Bioanalogie. Maison de l'Ecologie. Rue Basse Marcelle, 26. 5000 NAMUR. 0477 297 712. a.frogneux@skynet.be

Le couple, chemin d'évolution. 11/12. 20h - 22h. Comment garder la relation vivante dans la durée et développer la capacité à se dire sans jugement ? Catherine Schollaert, médiatrice et animatrice en Communication NonViolente. Rue Fr. Boussemanne, 4. 5020 NAMUR. 081 23 02 23. schollaert..catherine@skynet.be.

L'économie solidaire. 17/12. 20h. A l'éclairage de l'actualité économique et financière. Bernard Miche. Ferme de Véwy Wéron. 5100 WÉPION. Une pause entre ciel et terre. 081 40 31 91.

Les Outils Essentiels de la PNL. 18/12. 20h - 22h. Découvrir comment créer et maintenir le contact, les différents langages, établir et réaliser un objectif, les croyances limitantes, que faire quand? Anne & Christian, maîtres PNL, thérapeutes. 5300 ANDENNE. L'Eclaircie. 0472 960 773. anne@leclaircie.be.

Promenade aux flambeaux. 21/12. 19h - 21h. Passage du solstice d'hiver par méditation et promenade aux flambeaux. Joël Libert, formateur en psycho-énergie. Citadelle de Namur. Av de la Plante. 5000 NAMUR. Timotheus-Intuition Asbl. 0498 733 184. info@timotheus-intuition.be

Inauguration de la Catharose. 21/12. 11h. Nouvelle taverne et espace culturel dans la vallée de la Molignée à l'ancienne gare de Falaën, près de Maredsous. Rue de la Gare, 85. 5522 FA-LAËN. Thierry Bazzato. 0478 383 810. espacecatharose@gmail.com - www.catharose.be

Vos gestes démasqués. 23 et 27/12. 20h - 22h. Nos gestes parlent un langage que nous pouvons décrypter. Adéquation ou non entre la parole et les gestes ? Anne & Christian, thérapeutes & coachs. 5300 ANDENNE. L'Eclaircie. 0472 960 773 anne@leclaircie be

Retraite Guidée par Patrul Rinpoche. 26/12 au 31/12. Rinpoche enseignera «la sagesse», du livre « la Marche vers l'Eveil». Il expliquera aussi la notion d'esprit d'Eveil, l'essence même du Bouddhisme. Dharma City . Rue de Mettet, 300. 5620 FLOREN-NES. Christophe Marthoz. 0494 794 787. dharmacity@patrulrin-poche.net

Préparation à l'accouchement par auto-hypnose. 22/1. 20h - 22h. Comment l'hypnose peut vous préparer et aider votre corps à accoucher dans les meilleures conditions. Astrid Bernaers, hypnothérapeute. Centre Amethyste. 5310 EGHE-ZEE. 0474 503 141. amethyst. cent@gmail.com

FLANDRE

Anthropologie énergétique selon Zébério. 13/12. 14h30-18h. Le processus énergétique de l'incarnation. Raymond Molon. Het Huis der Zinnen. Biesmanslaan, 18. 1560 HOEILAERT. 0479 998 011. ann.coussement@hotmail.com



Concert AquaTemple. 16/1. 20h - 22h. Une expérience unique qui combine la musique, la vibration, la couleur, l'eau (à 35°), la chaleur et l'arôme. Patrick Niels, Mieke Polfliet, Marc Brisaer. Brielstraat, 36. 9255 BUGGEN-HOUT. Shambalah & asbl Ainur. 052 33 24 41 - 02 452 88 04. claudine@Shambalah.be

FRANCE

Quand le corps dévoile les coulisses de la personne. 21/1. 20h - 22h. La psychanalyse corporelle, basée sur 7 niveaux de lapsus corporels pour se réconcilier vraiment avec son passé et améliorer son présent. Catherine Berte, docteur en Sciences - psychanalyste corporelle. CORPS EVEIL . Rue Solférino, 19.. F-59800 LILLE. France. 0494 446 351. catherineberte@ swing.be

actualités positives

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 cà, c'est déià une bonne nouvelle!

54.294 jouets récoltés!

Le 18 octobre dernier, les intercommunales wallonnes de gestion des déchets rééditaient leur collecte annuelle de jouets sur tous les parcs à conteneurs de la Région wallonne, en collaboration et au profit de diverses associations locales. Cette année, la solidarité a joué avec près de 54.294 jouets récoltés. Une augmentation de près de 12.000 jouets par rapport à l'édition 2007! Apporter un jouet permet de poser un geste de solidarité envers des enfants défavorisés et un geste en faveur de l'environnement [moins de déchets jetés]. Merci à tous ceux qui ont participé!

[Source: www.copidec.be]

GSM pour la bonne cause?

Un nouvel opérateur belge GSM s'engage à verser ses bénéfices à des projets sociaux et environnementaux. Selon ses prévisions, cela représenterait 8 millions d'euros ! Afin que chacun puisse évaluer l'affectation des bénéfices, la société joue la transparence sur ses comptes. De plus, les projets bénéficiaires sont sélectionnés par la Fondation Roi Baudoin, ce qui offre une certaine garantie de sérieux, et les tarifs sont corrects...

Plus d'infos sur www.ellomobile.be

Nouveau code forestier

Le nouveau Code forestier a été adopté par le Parlement wallon! L'ancien datait de 1854. Le nouveau texte renforce les fonctions économique, environnementale, sociale, récréative et éducative de la forêt. En bref, les 10 propositions phare du nouveau code : supprimer les droits de succession ; privilégier les usagers doux, tels les promeneurs, les cyclistes et les cavaliers ; stimuler la production de bois de qualité ; interdire l'usage de pesticides ; créer des réserves intégrales ; limiter les grandes coupes à blanc ; prévoir des zones d'accès spécifiques pour les mouvements de jeunesse ; recréer des lisières d'arbustes ; planter des arbres adaptés au climat et au sol ; interdire la circulation des engins motorisés.

Infos sur http://environnement.wallonie.be

Voitures écologiques

Fini la course à la puissance ou à la vitesse. Désormais, les constructeurs automobiles présentent tous des prototypes qui font rimer légèreté et sobriété.

- La plus universelle : biocarburant, éthanol,

solaire, carburants traditionnels et même... pédalage, la SOLO utilise toutes les énergies! Imaginée par le hongrois Antro, elle possède en mode électrique une autonomie de 25 km par jour. Des batteries lithium-ion alimentées par des panneaux solaires entraînent les 4 moteurs électriques situées dans les roues. Deux passagers peuvent aussi pédaler pour générer du courant. Pour des trajets plus longs, l'engin atteint les 140 km/h et ne consomme que 1,5 litre d'éthanol au 100 km. Le véhicule, à l'élégant design futuriste, dégage 75% de CO, de moins qu'une voiture traditionnelle. Lancement prévu en 2012. Plus d'infos sur solo-duo.hu

- La plus économique : un litre au 100 ! C'est ce que consomme la «1-Liter» de Volkswagen. Elle est alimentée par un cylindre diesel placé face à l'essieu arrière et équipé d'une boîte de vitesses automatisée. D'une puissance de 8,5 ch., sa vitesse maximale est de 120 km/h. Commercialisation prévue pour 2010 [prix non communiqué].

Piles à combustible

Diviser par 10 le prix des piles à combustible, tel est l'exploit réalisé par l'ingénieur australien Bjorn Winther-Jensen! En remplaçant le platine des catalyseurs par un polymère, non seulement le coût est 10 fois moindre, mais la durée de vie est aussi améliorée. Produire de l'électricité en dégageant juste de l'eau... l'avènement de la pile à combustible arrive!

Parc éolien onshore

Les communes belges de Hannut, Saint Trond, Landen, Lincent, Gingelom et Hélécine se sont mis d'accord avec *Electrabel* pour réaliser le plus important projet éolien de Belgique à ce jour. Il s'agit d'un parc de 20 éoliennes d'une puissance unitaire de 2 à 3 Mégawatts qui délivrera une puissance de 40 à 60 MW. Il devrait être mis en service progressivement à partir de 2010.

Une fois entièrement réalisé, celui-ci devrait produire entre 100.000 et 140.000 MWh/an [équivalent à la consommation de 40.000 ménages] et éviter l'émission d'environ 60.000 tonnes de CO₂ sur base annuelle ! [Sources : Trends & leseoliennes.be]

Politique de l'énergie US

Barack Obama est officiellement élu 44ème Président des Etats-Unis : un événement qui devrait marquer un changement majeur dans la politique énergétique de la 1ère puissance mondiale. S'il tient ses promesses, les USA devraient se lancer dans la lutte contre le réchauffement climatique, réduire considérablement leur dépendance à l'égard des pays exportateurs de pétrole, ainsi que leur consommation énergétique. Six objectifs principaux ressortent du programme énergétique que devra appliquer le futur Président :

- aider les foyers américains à faire face à la flambée des prix à la pompe;
- aider à la création de 5 millions d'emplois par le biais de 150 milliards d'investissement dans les 10 ans, consacrés aux énergies propres;
- économiser davantage de pétrole que le p<mark>ays</mark> n'en importe actuellement ;
- mettre un million de véhicules hybride<mark>s sur</mark> les routes d'ici 2015, tout en s'assur<mark>ant</mark> qu'elles soient construites aux USA;
- assurer 10% de la production élec<mark>trique en</mark> provenance de sources renouvelab<mark>les d'ici</mark> 2012, et 25% en 2025;
- mettre en place un programme d'échange de quotas de CO₂ pour réduire de 80% les émissions d'ici 2050.

[Source : enerzine.com]

Cerf-volant-énergie!

Des chercheurs de l'Université de Delft aux Pays-Bas ont testé un système permettant de fournir une puissance électrique de 10 KW à partir de la force de traction d'un cerf-volant de 10 m²! Alors que les éoliennes classiques plafonnent à 80 m, l'invention permet de capter les vents les plus forts jusqu'à 800 m d'altitude. La prochaine étape du projet est la conception d'un prototype de 50 KW. La société italienne *Kitegen* prévoit, quant à elle, d'expérimenter 12 rangées de 4 cerfs-volants géants de 500 mètres.. A suivre!

[Source : Bio-stream]

Re-marcher...

Fin de l'été, un ingénieur israélien a dévoilé un système motorisé inédit qui permet aux paraplégiques de remarcher ! «Rewalk» comprend un support pour chaque jambe, des capteurs et un sac à dos contenant un ordinateur et des batteries rechargeables. Ce système, toujours en phase de test, pourrait être commercialisé dès 2010.

[Source : Science & Vie #1093]

Patates & électricité verte

L'entreprise anversoise *Thenergo* s'est spécialisée dans la production d'électricité et de chaleur d'origine renouvelable [biogaz, biomasse et gaz naturel]. Depuis des années, *Thenergo* produit de l'énergie durable et décentralisée, en construisant des centrales de dimension réduite, réparties dans tout le pays, offrant une efficacité optimale tout en répondant à la demande locale de chaleur ou d'électricité.

Son dernier projet en cours : Valmass est une unité biomasse implantée à Westvleteren, qui produira prochainement de l'électricité à base d'épluchures de pommes de terre et autres déchets de légumes ! Le Principe ? Générer du biogaz à partir de ces déchets verts, qui est ensuite brûlé dans une centrale de cogénération. Celle-ci produit de l'électricité verte consommée en partie en interne et injectée sur le réseau, et de la chaleur entièrement utilisée localement. Avec un rendement électrique de 1,6 MW et thermique de 1,8 MW, Valmass couvrira, avec 8.000 heures de fonctionnement par an, la consommation électrique de 1.500 ménages belges!

O.D.





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

[Bf] Brabant flamand [FI] Flandres [Et] Etranger

Les activités de l'agenda vont

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

du 10 du mois de parution

au 9 du mois suivant.

Aussi, nous vous invitons au discernement.

Accompagnement à la Naissance

[R] [Bx] Yoga pour futures mamans. 10/12, 17h - 18h, Les mercredis. Pour toutes celles désirant vivre en pleine conscience ces moments si bouleversants que sont les 9 mois de la grossesse. Nadine Ninane. professeur de Kundalini et de Hatha Yoga. Nemamiah Asbl. 1180 UCCLE. 0475 223 569.

Alimentation et thérapie

[S] [Lg] Mincir avec plaisir. 10/1. 10h. Groupe de soutien à l'amincissement grâce à l'EFT. Une journée et 3 soirées. Marie Dewez. Les Pépites. 4020 LIÈGE. 0495 152 305. marie.dewez@marieetmarie.be

[S] [Bx] La nourriture et le nourrisson qui sommeille. 10-11/1. 9h30 - 17h30. Re-découvrir les premiers contacts avec la nourriture, explorer la symbolique et la relation à mon nourrisson. Michel Gillain, gestalt-thérapeute. Ma Cuisine Intérieure, 1050 BRUXEL-LES. 02 648 48 51 - 0475 312 715. michelgil@skynet.be - www. macuisineinterieure.com

[F] [Bx] Les troubles alimentaires. 24-25/1. 9h30 - 17h30. Formation professionnelle sur notre relation à la nourriture par la gestalt-thérapie. Apprentissage, partage, travail sur soi, expérimentation en 2 ans. Michel gestalt-thérapeute. Ma Gillain. Cuisine Intérieure. 1050 BRUXEL-LES. 02 648 48 51 - 0475 312 715. michelgil@skynet.be - www. macuisineinterieure.com

[S] [Bx] Décodage de notre relation à la nourriture. 2425/1. 9h30 - 17h30. Qu'est-ce qui nous empêche d'être libre dans notre vie, tout comme dans notre relation à la nourriture. Mi**chel Gillain**, gestalt-thérapeute. 1050 BRUXELLES. 02 648 48 51 - 0475 312 715. michelgil@ skynet.be - www.macuisineinterieure.com

Alimentation Naturelle

[S] [FI] Alimentation vivante. 9-11/1. S'initier aux principes fondamentaux de l'alimentation vivante et à leurs applications pratiques. Apprendre à cuisiner vivant et gourmet, en préservant les saveurs et les éléments vitaux des aliments. Patricia Kersulec. coach, formée à l'alimentation vivante. Domaine Duinendaele. 8660 LA PANNE. 058 41 17 00 -0475 586 563.

Analyse Bioénergétique

[R] [Na] Ateliers de pratique corporelle et émotionnelle. 16/12, 6, 13, 20, 27/1 ou 3/2. 11h 12h. Eveillez vos sensations, augmentez votre vitalité et retrouvez votre énergie grâce à des exercices simples provenant de l'analyse bioénergetique. Claudia Ucros. psychothérapeute en analyse bioénergétique. L'espace en nous. Le 35. 5002 NAMUR. 0479 339 933 - 081 744 810. info@espace-en-nous.be

Anges

[S] [Lg] Cercle des anges. 10/1 ou 7/2. 19h - 21h30. Vous avez des questions ? Les Anges vous répondent à travers différents supports! Fanou Renier, tarologue, relaxologue. 4000 LIÈGE. 04 250 47 42 - 0476 361 838. francefanou@yahoo.fr

Approche de l'Alignement

[S] [Bx] Le Sens de la Maladie et de la Mort. 11-14/12. 10h 18h. Les décodages selon le Corps-Métaphore. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. Centre IMAGINE. 1040 BRUXELLES. 02 736 31 38 - 0486 760 927. contact@imagine-aa.org

[S] [Bx] Écouter, comprendre, accepter. 29/1 au 1/2. 10h - 18h. À la Rencontre de l'Autre. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. Imagine. 1040 BRUXELLES. 02 736 31 38 -0486 760 927. contact@imagine-

[F] [Bx] Formation à l'Approche de l'Alignement, 29/1. Formation certifiante à la relation d'aide de janvier 2009 à juin 2010. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. Imagine. 1040 02 736 31 38 -BRUXELLES. 0486 76 09 27. contact@imagineaa.org

Aromathérapie

[S] [Na] Psycho-olfactologie: les Quantiques. 17 au 28/12. 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. 6940 DURBUY. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be.

[S] [Lq] Aroma-Olfactologie: le cours de base. 10/1. 9h - 16h30. Comment s'y retrouver dans les familles biochimiques et présentation d'huiles essentielles pour la pharmacie familiale. Véronique Schnackers, naturopathe - aromatologue. Terre Intérieure. Centre Culturel de Visé. 4600 VISÉ. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be

[S] [Lg] Aroma-Olfactologie : le système respiratoire. 12/1. 9h - 16h30. Grâce aux huiles essentielles, donnons à notre organisme la chance de pallier les multiples déséquilibres nous empêchant de respirer sans contrainte. Véronique Schnackers, naturopathe aromatologue. Terre Intérieure. Centre Culturel de Visé. 4600 VISÉ. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be

[S] [Lg] Aroma-olfactologie : les tempéraments. 24/1. 9h - 16h30. Découvrir son tempérament, apprendre à mieux connaître ses modes de fonctionnement et corriger son terrain à l'aide des huiles essentielles. **Véronique Schnackers**, naturopathe - aromatologue. Terre Intérieure Asbl. Centre Culturel. 4600 VISÉ. 086 32 11 00. hilda.vaelen@skynet.be

Art et Développement Personnel

[R] [Bw] Rencontre de Soi à soi par la peinture. 10, 17/12 et 7/1. 9h - 11h45. L'acteur est l'enfant intérieur qui ose, froisse,lie, découpe, colle.... Monique Prignon, artiste peintre et thérapeute. Art et Changer. 1340 OTTIGNIES. 010 61 88 04 - 0477 775 059. info@prignon.com

[R] [Lg] Couleurs et lumière. 10/12. Les mercredis. Aquarelle : chemin créatif vers l'éveil, liberté, lâcher prise, fluidité et plaisir. Professeur d'arts plastiques. Ateliers Azurite.be. 4102 OUGRÉE. 0496 348 451 ap 20h.

[R] [Lg] Voyage entre noir et blanc. 11/12. Les jeudis. Encre de chine : unité avec le vivant et Tao. Equilibre entre spontanéité et maîtrise. Professeur d'arts plastiques. Ateliers Azurite.be. 4102 OUGRÉE. 0496 348 451.

[S] [Bf] Le Royaume Enchanté. 13/12, 18/1 et 8/2. 10h - 19h. Naître à la Magie et au Merveilleux du Soi dans un cadre féérique. Rituel de renaissance, conte et écriture, danse... Vibrer avec la Fée, Merlin, lutin. Angélique Sibilla, accompagnatrice de vie, channel. Difrenz-Ja. 1702 BRUXELLES. 0495 622 416.

[R] [Lg] Créer en couleur la source de son être. 15, 20 ou 22/12 ou 5/1. Laisser s'exprimer et s'épanouir la créativité. Toute impression, tout germe de ressenti, toute émotion pouvant donner naissance à la création. Monique Prignon, artiste peintre et thérapeute. Art et Changer. 4121 NEUVILLE EN CONDROZ. 010 61 88 04 - 04 247 04 27. m.prignon@skynet.be

[R] [Lg] Art et nature. 15/12. Les lundis. Pour vivre nos liens avec notre nature. Peitnure, écriture, collage. Professeur d'arts plastiques. Ateliers Azurite. 4102 OUGRÉE. 0496 348 451

[R] [Bw] Créer par la peinture la source de son être. 8, 15 et 22/1. 9h15 - 12h. Des moments uniques accordés à la création qui permettent de vivre dans un espace/temps où il est permis de s'exprimer. Monique Prignon, artiste peintre et thérapeute. Art et Changer. 1340 OTTIGNIES. 010 61 88 04. m.prignon@skynet.be-www.prignon.com

[S] [Bw] Techniques mixtes du Pinceau Découverte. 12/1 et 9/2. 9h30 - 16h. Aller à la rencontre de son monde imaginaire en jouant avec différentes techniques mélangées : aquarelle, acrylique, collages, matières, encres. Simone Odaert. 1300 WAVRE. 010 40 13 51 - 0478 628 397. ruelle. odaert@skynet.be.

[R] [Bw] Atelier Aquarelle du Pinceau Découverte. 21/1 et 4/2. 9h30 - 16h. Initiation & perfectionnement en aquarelle, encre & acrylique liquide. Jouer avec l'eau ds tous ses états, si surprenante. Croquis rapides. Simone Odaert. 1300 WAVRE. 010 40 13 51 - 0478 628 397. ruelle.odaert@skynet..be

[S] [Bw] Peinture & écriture : découvrir l'artiste en soi. 1/2. 9h30 - 16h. A travers la peinture aquarelle, techn.mixtes et l'écriure créative, ludique & poétique, aller à la découverte de son monde imaginaire. Géneviève Trenchant, Simone Odaert. Pinceau Découverte. 1300 WAVRE. 010 40 13 51 - 0478 628 397 - 0479 508 385. ruelle.odaert@skynet. he

[S] [Lg] Aquarelle sur papier mouillé. 7/2. 9h30 - 17h. Les couleurs de l'arc-en-ciel : expérimenter leurs qualités propres, les nombreuses nuances qui les composent. Catherine Salaün, art thérapeute. L'élémen' terre. 4601 ARGENTEAU. 04 379 53 58. lelementerre@skynet.be

[S] [Bw] Le rôle de sa vie. 7-8/2. 10h - 18h. Identifier nos rôles, développer confiance, créativité, intuition par le théâtre, le jeu et la pratique de l'implication et du recul sur soi. **Arnaud Riou**, comédien, coach, auteur. L'ateliers des mots. 1460 ITTRE. 02 537 83 82.

Astrologie

[S] [Bx] L'Autre Sexe 'Le Féminin - Le Masculin'. 3/2. 18h30 - 22h. Le(a) Partenaire Intérieur(e), mieux le cerner... Séminaire Astro-Psychologie. Deux formules, voir détails sur le site. **Katy Lakatos**, astrologue, numérologue humaniste spécialisée en Transgénérationnelle et Transpersonnelle, Maître Enseignante Reiki Usui- Kundalini, D'Or & MTC. Kå LaKadosch.asbl. 1180. 02 537 17 34. katy_lakatos@yahoo.fr - www.ka-lakadosch.com.

Ayurvéda

[S] [FI] Energie transformante des Chakras. 29 au 31/12. Apprendre & travailler avec les sons, formes, couleurs des chakras. Swar Yoga: yoga des narines & équilibre mental. Pranayama: yoga de la respiration. John Marchand, formateur en ayurvéda, infirmier. Curcuma Asbl. La Ferme des épices. 9280 LEBBEKE. 0479 787 418. info@curcuma.be

[S] [Bw] Purification et santé par l'Ayurveda. 10-11/1 et 24-25/1 et 7-8/2. 10h - 18h. Son corps, son fonctionnement, doshas, remèdes de purification. Apprendre à donner les massages et soins, et à faire 1 purification à domicile. John Marchand, formateur en ayurvéda, infirmier & psychothérapeute. Curcuma Asbl. Salle Paroissiale de Baulers. 1401 NI-VELLES. 0479 787 418. info@curcuma.be

[S] [Bx] Atelier de massage Ayurvédique. 17/1. 18h30 - 21h30. Pour les personnes ayant suivi le module 1 et qui souhaitent pratiquer en supervision. Isabelle Van Wallendael, praticienne et formatrice en Ayurvéda. 1180 BRUXELLES. 0497 318 171. www.ayurveda-chikitsa.be

[S] [Bw] Cure de Soins Ayurvédiques. 6-8/2. Cure d'un weekend ou mini-cure d'une demi journée. Praticiennes d'Atlantide. Atlantide asbl. 1380 LASNE. 02 633 12 66. info@atlantideasbl.org

[S] [Bw] La Cuisine Ayurvédique. 8/2. 10h - 14h. Les épices : leurs effets sur le corps et leurs caractéristiques culinaires. Préparation et dégustation d'un repas. Falguni Vyas, spécialiste en Ayurveda. Atlantide asbl. 1380

agenda

+ sur www.agendaplus.be!

LASNE. 02 633 12 66. info@at-lantideasbl.org

Biodanza®

[R] [Bw] Biodanza. 10/12. 20h15. Les mercredis. Etre...Enfin Tout Simplement Bien... Cours débutants pour tous y compris les personnes moins valides. Kevin Bathe. 1340 OTTIGNIES. 0496 278 798. info@danselavie.be - www.danselavie.be

[R] [Bx] Biodanza. 10/12. 20h - 22h. Les mercredis. Vivre avec plus d'amour, joie et confiance par l'intégration de ses potentiels utilisant la danse, l'émotion, les sensations, les sentiments et les rencontres en groupe. Caroline Dekeyser, professeur de biodanza. 1180 BRUXELLES. 0474 976 798. caroline@transcendance.be - www.transcendance.be.

[R] [Bw] Biodanza. 11/12. 19h30. Tous les jeudis. Reconnecter sa joie de vivre, sa créativité, le plaisir de danser. Patrick Geuns, professeur de biodanza. Corps et Vie Danse Asbl. 1460 ITTRE. 0485 410 703. Inscription indispensable.

[R] [Bx] Déployez vos potentiels! 11 et 18/12 et 8/1. 20h. Les jeudis. Approche des 4 éléments : intégrez leurs qualités pour une identité plus forte. Géraldine Abel, formatrice et codirectrice de l'école de Biodanza de Toulouse. Vivencia Asbl. 1180 BRUXELLES. 0495 350 405. vivencia@ vivremieux.org.

[R] [Na] Biodanza. 11/12. 20h - 22h. Les jeudis à Eghezée. Cours d'initiation : du mouvement, de la musique pour plus de joie, de santé et de bien-être avec soi et avec les autres. Découverte gratuite. Capucine Levie. La Vie en Fleur asbl. 5310 ST-GERMAIN. 0469 167 383. capucinelevie@hotmail.com

[R] [Bx] Biodanza. 12/12. 19h30 - 21h30. Les vendredis. Vivre avec plus d'amour, joie et confiance par l'intégration de ses potentiels utilisant la danse, l'émotion, les sensations, les rencontres en groupe. Caroline Dekeyser, professeur de Biodanza. Yantra. 1050 BRUXELLES. 0474 976 798. caroline@transcendance. be.

[S] [Na] Biodanza® - Connexion avec notre identité profonde 14/12. 10h - 16h. Journée ouverte à tous! Une invitation à se connecter à notre identité profonde et à l'exprimer dans la dans et la rencontre. Michèle de Moor. professeur de Biodanza®. Centre Culturel Marcel Hicter. 5100 WÉ-PION. 0498 61 41 46.

[S] [Bx] Dimanche de Biodanza à Ixelles. 14/12. 11h - 17h. «Danser et célébrer les liens d'amitié et d'amour car notre connexion avec la vie est notre connexion avec l'amour et non avec les valeurs juridiques, économiques, philosophiques». (affectivité, transcendance, compassion, empathie, épiphanie). Caroline Dekeyser, professeur didacte. Yantra. 1050 BRUXELLES. 0474 976 798. caroline@transcendance.be

BIODANZA®

Devenez **PROFESSEUR**

Ecole de Bruxelles nouveau cycle en mai 2009

infos: 0475 33 16 18 www.ecolebelgedebiodanza.be

[R] [Ha] Biodanza. 15/12. 19h45 - 22h15. Les Lundis. Plaisir de danser, joie de vivre, bien-être, créativité, mettre + de vie dans sa vie. Inscription indispensable. Patrick Geuns, professeur de Biodanza. Corps et Vie Danse Asbl. 7800 ATH. 0485 410 703. Inscription indispensable

[S] [Ha] Les Lundis de la Biodanza en Hainaut. 15/12. 20h - 22h. Danser pour plus de joie de vivre; se retrouver avec soi et les autres dans la légèreté et la profondeur. Que du bonheur! Françoise Godart, prof de Biodanza. Domaine de la Carrauterie. 6470 SIVRY-RANCE (SAUTIN). 0495 525 345. dansermavie@yahoo.fr.

[R] [Bx] Les mardis de la Biodanza à Jette. 16/12. 20h. Vivre sa vie rempli de vie. Pour Biodanseurs avancés ou ayant quelques mois de pratique en cours hebdo ou stage. Philippe Lenaif, directeur école de Biodanza SRT Soignies. COREGANE Asbl. 1020 BRUXELLES. 04 372 14 12. info@coregane.org

[R] [Na] Biodanza - les mardis à Eghezée. 16/12. 20h - 22h. Cours d'approdondissement : des propositions choisies avec soin pour aller à la rencontre de soi et des autres, pour vivre plus pleinement sa vie. Capucine Levie. La Vie en Fleur asbl. 5310 ST-GERMAIN. 0469 167 383. capucinelevie@hotmail.com.

Biodanza 19 - 21/12
Le Projet Minotaure
avec l'exceptionnelle animation de
Sergio Cruz
Tél: 067/33.60.85
email: info@centre77.org

[S] [Ha] Le Projet Minotaure. 19-21/12. 20h - 17h30. Dépasser les peurs qui nous paralysent (peur d'aimer, d'aller de l'avant, de perdre ses limites, de l'abandon,...) par la danse, cérémonies rituelles. Sergio Cruz, directeur et professeur didacte. Centre 77 asbl. 7060 SOIGNIES. 067 33 60 85. info@centre77.org.

[S] [Bx] Venez fêter 2009! 31/12. 18h. Déjà 8 ans que «Danse La Vie» vous propose un Réveillon Biodanza. Guillaume Husson. Kevin Bathe. 1050 BRUXELLES. 0496 278 798. info@danselavie. be - www.danselavie.be.

[S] [Bx] Fête de la lumière. 3/1. 19h. Vivencia d'Epiphanie pour Biodanseurs avec galette! Célébrons l'apparition du divin. Cultivons la foi. Commençons cette année en percevant le sacré. Géraldine Abel, formatrice et codirectrice de l'école de Biodanza de Toulouse. Vivencia Asbl. 1180 BRUXELLES. 0495 35 04 05. vivencia@vivremieux.org

[S] [Bx] Atelier découverte à Ixelles. 4/1. 16h - 17h. Créer sa vie : être création et créateur en même temps que la connexion avec sa force créatrice innovatrice, à l'expression et à l'être en permanence. Caroline Dekeyser, professeur didacte. Yantra. 1050 BRUXELLES. 0474 976 798. caroline@transcendance.be.

[R] [Bf] Biodanza® - Les lundis à Leuven. 5/1. 19h30 - 21h30. Des invitations à bouger, se découvrir, se rencontrer et s'épa-

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

Le massage tantrique... Chronique d'une petite mort sublimée

Mise en mot Francine Burlet

Sabrina Bauwens, sexologue, est curieuse de nature. Faire le plein d'idées, d'ouvrages, d'objets ludiques ou de thérapies pour ses patients fait partie intégrante de son travail. Lorsqu'elle découvre le concept du massage tantrique de Mary Hash sur le Net, elle n'a qu'une idée en tête: essayer! Récit d'un voyage

pas comme les autres... Le sexe, ça s'apprend! Et pas seulement à l'horizontale... Licenciée en Sciences Familiales, Conjugales et Sexologiques, Sabrina Bauwens a fait son apprentissage à l'U.C.L! Installée à Liège, une ville universitaire qu'elle juge ouverte d'esprit, elle débute sa carrière dans un planning familial puis ouvre, un an plus tard, son cabinet privé au coeur de la cité. Elle partage son temps entre ses patients et ses projets : conférences et séminaires de sexologie, bibliothérapie sur l'éjaculation

précoce, lancement de la Pole dance et d'un site internet. Son métier? Développer les potentiels sexuels avec précaution, vaincre les tabous avec délicatesse, rebooster les libidos à la traîne. Déjà adepte du yoga tantrique, elle a considéré avec intérêt le travail sérieux et transparent de Marie et Thierry chez Mary Hash, sur le massage tantrique : «une cour de récréation plus qu'agréable!» précise-t-elle en souriant. Le temps d'une séance, la praticienne est devenue patiente, la prof. s'est transformée en élève...

En tant que sexologue, quel regard portiezvous sur le Massage Tantrique? Un regard curieux et intrigué à la fois. Le sujet de la sexualité est si vaste qu'il est difficile parfois de s'y retrouver et de séparer le bon grain de l'ivraie. Beaucoup de concepts et d'outils sont détournés ou font l'objet de fantasmes. Le tantrisme, lui, fait parti des sujets galvaudés. Il prône la continen-

ce, l'érotisation de l'acte sexuel,

et pourtant, dans l'inconscient collectif, le massage tantrique rime souvent avec acte sexuel ou masturbation. En tant que sexologue, je suis tenue de renier les préjugés et de garder une grande ouverture d'esprit. M'intéresser aux techniques nouvelles, les tester parfois, pour saisir la réalité des choses et conseiller au mieux mes patients et internautes, voilà ma priorité. Chez Mary Hash, j'ai senti le besoin d'aller au-delà du reflet du miroir, comme Alice aux pays des merveilles! J'ai donc osé entreprendre cette



magnifique aventure.

Pensez-vous que le massage tantrique soit intéressant et compatible avec les thérapies sexologiques que vous pratiquez? Tout à fait. C'est même complémentaire. Une fois de plus, j'estime qu'une vision étriquée peut conduire par erreur à légitimer la thérapie classique par la parole, au détriment de toutes les autres, vues comme des supercheries. Pourtant, la sexualité est aussi plurielle qu'il y a de personnalités sur terre, multifactorielle et en perpétuelle évolution. Impossible de guider les patients vers une seule porte de sortie : je me dois de travailler au

cas par cas. Mon offre de thérapies et d'outils doit être large et polyvalente, afin de guider la personne en souffrance selon ses attentes, sur un mode qui lui parle : oral ou corporel. le travaille moi-même avec une technique cognitivo comportementale, car il me semble primordial que chacun comprenne ce qu'il vit dans et à travers son corps: son fonctionnement mécanique, mais aussi sa sensibilité, sa réaction à plus d'intimité... Le massage tantrique est donc indéniablement un vecteur de progression, de découverte. D'autant que nos envies, notre sensibilité émotionnelle et tactile ne sont pas figées! Il faut refuser de prendre pour argent comptant ce qu'on entend sur l'érotisme et la sexualité : il n'y a pas de formule toute faite

pour décupler désir ou plaisir, aucune leçon à réciter par cœur. Ce sont au contraire des émotions à vivre! En cas de souffrance, les professionnels sont là pour informer et aider, afin de pallier aux traumatismes. C'est ce que je tente de faire à travers mon site Internet www.sexologieliege.be.

Quant à Marie et Thierry,

ils livrent, avec le massage tantrique, un moyen de tisser ou renouer un formidable lien sensuel avec nous-mêmes.

Comment avez-vous vécu le massage tantrique que vous avez testé récemment? (Rire) Moi qui fais parler les gens de leur sexualité, de leur intimité, c'est à mon tour d'avoir du mal à mettre en mot mon vécu personnel. Ce que j'ai expérimenté chez Mary Hash est une fabuleuse rencontre avec moi-même. Vers des lieux intimes, parfois tendres, parfois rudes. Une découverte de mon corps, dans ses contours et ses profondeurs. Depuis longtemps, je n'avais plus «senti» mon corps, aguerri à suivre le mental, plié à bouger, travailler, telle une enveloppe pour interagir

dans le monde. Mais notre corps est bien plus que cela. Je l'ai redécouvert, il m'a parlé et je l'ai enfin écouté. Quelle sensation, quelle énergie s'en dégage! C'est interpellant, magique et apaisant à la fois. Ce fut un face à face constructif avec mon image, ma nudité et ma féminité.

Vous êtes-vous tout de suite sentie à l'aise? Oui, car le cadre a joué : décoration, luminosité, agencement des pièces... Dans cette belle maison de maître, tout a été pensé pour aider le client ou la cliente à perdre la notion du temps. Le couloir d'entrée a vocation de passage initiatique. Puis on pénètre dans une autre salle, à l'atmosphère de luxe, calme et volupté qui facilite le lâcher-prise. Les masseurs ont l'art de prendre le temps qu'il faut, avant, pendant

et après. Si bien que le

massage tantrique n'apparaît jamais comme quelque chose de malsain, de vulgaire ou de purement sexuel. C'est un acte d'amour, de protection, donné avec une infinie tendresse. Un don de l'autre qui nous aide à nous révéler à nous-mêmes. Quel beau cadeau! On en sort transformée. C'est

nous, mais en différent. On a compris quelque chose de primordial et plus rien ne sera pareil, car notre regard est nouveau. Comme une deuxième naissance... ou un voyage. Vers où ? À vous de le découvrir... Quant à moi, je n'en suis toujours pas revenue!

Mary Hash
Avenue Albert, 192
1190 Bruxelles
Tél.: 02 346 57 59
www.maryhash.com



nouir dans la joie et la simplicité. Pour hommes et femmes de tout âge. **Michèle de Moor**, professeur de Biodanza®. Aum Ruimte. 3012 WILSELE. 0498 61 41 46.

[R] [Na] Biodanza® - Les mercredis à Gembloux 7, 14, 21, 28/1, 4 et 11/2. 20h - 22h. Des musiques variées, un groupe accueillant, des mouvements choisis pour retrouver le bonheur d'être soi tout simplement! Michèle de Moor, professeur de Biodanza®. Trifolium. 5030 SAUVENIÈRE. 0498 61 41 46.

BIODANZA et CHAMANISME

par Ercilia Orellana, directrice de l'Ecole de Barcelonne

à Bruxelles les 14 et 15 février '09

infos: 0475 33 16 18

[R] [Bx] Biodanza : la vie en mouvement à St Gilles. 8/1 et 15/1. 20h - 22h. Soirées découvertes. 2 occasions de découvrir la Biodanza et d'intégrer le groupe qui danse depuis septembre. Bouger, danser, s'exprimer, se rencontrer dans la musique, le plaisir et la joie. La pratique de cette «danse de la vie» nourrit la partie saine de l'individu et améliore la santé. Arielle Nuchowicz. médecin de formation, professeur titularisée Biodanza®. 1060 BRUXELLES. 0485 502 617. arielle.nuchowicz@biodanza.be

[R] [Bx] Biodanza : la vie en mouvement à St Gilles, 8, 15, 22 et 29/1 et 5/2, 20h - 22h, Groupe hebdomadaire continu. Grâce à des propositions de mouvements simples et accessibles à tous, sur des musiques variées, en interaction avec les autres participants, la Biodanza invite chacun à se reconnecter à ses sensations, ses émotions et ses rêves. Arielle Nuchowicz, médecin de formation, professeur titularisée Biodanza®. 1060 BRUXELLES. 0485 502 617. arielle.nuchowicz@biodanza.be

[R] [Bw] Biodanza® - Vendredis à Wavre 9/1, 13h30 - 15h30. Se laisser entraîner par la musique et bouger avec plaisir, s'ouvrir et s'exprimer en confiance, sans rien forcer, naturellement : pour tous ! Michèle de Moor, professeur de Biodanza®. 1300 WAVRE. 0498 61 41 46.

[S] [Na] Biodanza - atelier découverte à Eghezée. 15/1. 20h - 22h. Atelier gratuit. Du mouvement, de la musique pour plus de joie, de santé et de bien-être pour soi et avec les autres et vivre plus pleinement sa vie. Capucine Levie, professeur de Biodanza. La Vie en Fleur asbi. 5310 ST-GERMAIN. 0469 167 383. capucinelevie@hotmail.com

[S] [Ha] Mécanisme d'action. 23-25/1. 20h - 17h30. Stage ouvert à tous. Formation de professeurs de Biodanza. Philippe Lenaif, directeur et professeur diacte. Ecole Biodanza. Centre 7 asbl. 7060 SOIGNIES. 067 33 60 85. info@centre77.org

[S] [Na] Mettre la vie au centre de nos vies. 24-25/1. 9h - 18h. Se reconnecter à la valeur sacrée de la vie, à la sagesse de l'instinct et renforcer notre identité pour faire face aux défis de l'existence. Bruno Ribant. La Vie en Fleur asbl. 5310 ST-GERMAIN. 0469 167 383. capucinelevie@hotmail.com

Chamanisme

[S] [Ha] Cercle thérapeutique et chamanique. 13/12 ou 31/1 0h - 13h. Cercle de partage et de guérison apportant un soutien dans le processus de transformation individuelle. Libération des blocages émotionnels. Marie Verhulst, initiée à la transe médiumnique. Centre 77 asbl. 7060 SOIGNIES. 067 33 60 85. info@centre77.org

[S] [Na] Veillée de Noël en voyage chamanique. 24/12. 20h. Une nuit de Noël essentielle passée en voyage chamanique, un travail énergétique effectué pour vous. Logement sur place. François De Kock. Ferme de Gérardnoue. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL 0475 743 903. expansions@belgacom.net - www.expansions.be

[S] [Bf] Voyage au coeur de la terre. 24- 25/1. 9h30 - 18h. Pour découvrir vos liens sacrés à la terre selon la voie chamanique et comment votre vie s'y ancre. Pour pers. initiées aux pratiques cham.

de base. Thérèse Laneau, Nicole Bernard, Stéphane Van Wallendael, praticiens chamaniques - chant. Le sentier des chamanes. 3070 KORTENBERG. 02 759 66 71. swal@skynet.be

[S] [Bf] Rythmes et sons chamaniques. 7 et 8/2. 14h - 18h. S'éveiller à la source des rythmes et des sons du corps, du tambour et de la nature. Les exprimer. Indispensable : connaître les méth. chaman. de base. Thérèse Laneau, Nicole Bernard, praticiennes chamaniques. Le sentier des chamanes. 3070 KORTENBERG. 02 660 30 68. nicole.bernard@ scarlet.be

Channeling et Médiumnité

[S] [Na] Channeling de groupe. 6/1. 19h30 - 21h30. Méditation guidée suivie d'une rencontre et d'un espace de questionnement avec les êtres de lumière angéliques. Martine Hennuy, psychologue, channel. Centre Trifolium. 5030 SAUVENIÈRE. 0475 802 360.

Chant & Voix

[S] [Na] Voix-Yage en 5 étapes. 13/12, 10/1 et 7/2. 9h30 - 18h. La voix et le corps, la voix et les sens, la voix et les émotions, la voix et le coeur, la voix et la joie de vivre. Dominique Collin, coach de voix, praticienne en écoute intuitive et sensorielle et artiste EFT. De Vive Voix. 6870 SAINT-HUBERT. 061 65 54 28 - 0496 99 31 06. domicollin@skynet

[R] [Bx] Polyphonia Mundi. 16/12, 20/1 et 3/2. 20h15 - 22h15. Atelier ensemble vocal bi-mensuel. Voyage dans l'expérimentation du chant spontané et à travers les chants du monde. Jacques Delvaux. Arpsicor Asbl. 1150 BRUXELLES. 02 772 54 29.

[S] [Na] Marche et voix. 20/12, 4/4, 2/5 et 13/6. 8h30 - 18h. En marche vers une nouvelle vision sur ma voix(e)... balade, temps d'écriture, mise en sons et en chansons du vécu contacté lors de la marche. **Dominique Collin**, coach de voix, praticienne en écoute intuitive, artiste eft. De Vive Voix. 6870 SAINT-HUBERT.

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

061 65 54 28 - 0496 99 31 06.

[S] [Bx] Stage de chants. 20-21/12. Pour débutants : oser chanter, trouver sa voix, la développer et chanter avec le corps. Françoise Akis, chanteuse, comédienne et pédagogue. 1060 BRUXELLES. 0477 260 622.

[S] [Bx] Stage de chant à Noël. 26-28/12. 11h - 17h. Pour débutants : oser chanter, trouver sa voix, la développer et chanter avec le corps. Françoise Akis, chanteuse, comédienne. 1060 BRUXELLES. 0477 260 622.

[S] [Bx] Stage de chant en Tunisie. 3-10/1. Apprendre à chanter tout en passant de super vacances dans un hôtel 4 * à Djerba et une ambiance sympthique. Françoise Akis, chanteuse, comédienne. 1060 BRUXELLES. 0477 260 622.

[S] [Lg] ChoeurNomade «Chant à la découverte de Soi ». 4/1 et 1/2. 10h - 17h. Un jour par mois. Rencontre avec sa voix et son rythme intérieur mais aussi un espace où chacun(e) pourra s'imprégner de polyphonies traditionnelles. Renaud Vallée, psychothérapeute. Espace de resourcement. 4000 LIÈGE. 0495 559116. info@metamorph-oz.be

[S] [Na] Voix-émoi-EFT. 10/1, 7/3, 5/4 et 6/6. 9h30 - 18h. Expression de soi par la technique de libération des émotions EFT et par la voix. **Dominique Collin**, chanteuse, coach de voix. De vive voix. 6870 SAINT-HUBERT. 061 65 54 28 - 0496 993 106.

[R] [Bx] Enchantez-vous ! 13/1 et 10/2. 20h - 22h30. Atelier de chant libre. Venez expérimener la puissance subtile du son, jouer avec votre voix. Atelier mensuel. Chantal Boffa, thérapeute. Arpsicor Asbl. 1150 BRUXELLES. 02 772 54 29.

[S] [Bx] Chant sacré - tambour-méditation. 7-8/2. 10h - 18h. Travail de la voix à travers les chants sacrés. Le tambour est utilisé comme catalyseur. Borys Cholewka, chanteur, compositeur et formateur. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Coaching

[S] [Bx] Séminaire de superapprentissage. 14/12. 9h - 12h. 2ème et 4èm dimanche de chaque mois. Apprendre plus facilement avec plus de plaisir : gestion du temps et du stress, lecture rapide, mémoire photographique. Nelson Pinto Gomes, médecinpsychiatre, formateur au coaching spécialisé à l'apprentissage. Attraction Positive. 1040 BRUXELLES. 0478 465 401. info@attractionpositive.eu

Communication avec les animaux

[S] [Bx] Stage de communication animale-niveau1. 13 et 14/12. Pour se connecter à notre intuition profonde et pour décoder les habitudes de l'animal, le sens subtil de ses maladies... Laïla Del Monte, formatrice aux USA et en Europe. Centre Communautaire du Chant d'Oiseau. 1150 BRUXELLES. 02 469 38 11. www.lailadelmonte.com

[S] [Bw] Approche intuitive du monde animal. 15/12 et 13/1. 9h - 17h. Compréhension et décodage intuitif permettant de mieux communiquer avec ce règne. Apprentissage de la communication subjective Méthode Silva. Christine Denis, kinésiologue et coach. Alpha et Oméga. 1495 MARBAIS. 071 87 50 32 - 0478 912 122. lesoutilsdumieuxetre@scarlet.be

Communication NonViolente

[S] [Na] Introduction à la Communication NonViolente. 17/1 et 24/1. 9h30 - 17h30. Des exercices, des échanges pour découvrir les bases de la CNV : être mieux à l'écoute de nous-même et de l'autre. Gérer les désaccords et les conflits. Catherine Schollaert. 5000 BEEZ. 081 23 02 23. schollaert.catherine@skynet.be.

Constellations Familiales

[S] [Ha] Atelier de psychogénéalogie sociogénogramme. 12-14/12. 9h - 18h. La technique utilisée sera celle du SocioGénogramme, enseignée par le Professeur Anne-Ancelin Schutzenberger «Aïe mes Aïeux». Pierre Ramaut, psychanalyste. 7000 MONS. 065 34 75 44 Soir0486 694 305 GSM. ramautpierre@hotmail.com

[S] [Na] Constellations Familiales. 13-14/12. 9h30 - 18h. Apprivoiser ses racines. Se tourner vers la vie. W-E non résidentiel. Pierre et Véronique Lallemand. 5590 LEIGNON (CINEY). 083 21 56 32. info@apprivoiser.be

[S] [Na] Au-revoir célibat. 13 et 14/12. 13h - 15h. Atelier de constellations familiales, pour comprendre les raisons de son célibat et envisager la vie à deux, et/ou en famille. Marie-Eve Mespouille, psychologue, constellante certifiée. Célébrer la vie. 5000 NAMUR. 081 58 86 39 me.mespouille@skynet.be

[S] [Lg] Constellations familiales. 13/12. 10h - 18h. A la rencontre et découverte de vous-même. Un pas de plus sur le chemin de votre être. **Nathalie Grosjean**, psychologue, énergéticienne, constellatrice certifiée. Asbl Envies. 4000 LIÈGE. 0486 640 943. nathalie.grosjean@isosl.be

[S] [Ha] Constellations Familiales Intégratives. 14/12 ou 18/1.
9h30. Comment se libérer de son lourd bagage familial avec tout ce qu'il comporte comme valises transgénérationnelles indésirables : maladies, mal-être. Anne De Vreught, psychothérapeute. Centre Retrouver son Nord. 6140 FONTAINE-L'EVÊQUE. 0477 537 197. anne.de.vreught@skynet.be

[S] [Na] Constellations familiales et systémiques. 14/12 ou 9/2. 10h. Dégager les liens entre une problématique personnelle et des événements familiaux marquants. Rendre ce qui pèse ; s''ouvrir à ce qui épanouit. Patricia Lambotte, constellatrice certifiée. 5100 WÉ-PION. 081 22 93 69 - 0496 308 145. info@consteldanse.be

[R] [Bw] Atelier en Constellations familiales. 20/12. 9h30 - 17h30. Travail en groupe sur les champs énergétiques inconscients qui créent des «noeuds» dans le fonctionnement de nos différents corps. Charles De Radigues, coach, thérapeute, anima-

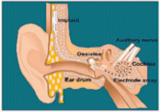
ACOUPHENES

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!!

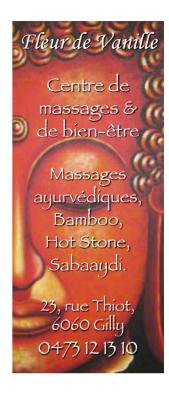
Osez en parler, 15 % de la population en souffre !!



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

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

Contact: Dr Claude Amand - tel: 02/395.68.11







teur en constellations familiales, animateur de randonnées. Terres au Souffle de Lumière. 1370 LU-MAY. 02 733 00 98 - 0484 21 32 16. info@geode.be.

[S] [Bx] Constellations familiales selon Bert Hellinger. 20/12 et 31/1. 9h30 - 18h. Reprendre sa juste place dans la famille et se tourner, enfin libre, vers sa propre vie avec la force de ses ancêtres derrière soi. Odette Janssens, Madeleine Mignolet, psychothérapeutes, constellatrices certifiées. La Pierre d'angle. 1200 BRUXELLES. 02 762 42 32 -010 45 98 56. odettejanssens@ scarlet be

[S] [Na] Constellations systémiques et familiales. 10/1, 7/2, 7/3, 4/4 et 7/5. 13h - 18h. Thème : famille, couple, travail, organisation et santé. Marie-Eve Mespouille, psychologue, constellante certifiée. Célébrer la vie. 5000 NAMUR. 081 58 86 39. me.mespouille@skynet.be

[S] [Ha] Secrets de famille et évènements lourds. 10-11/1. 9h30 - 18h. Vécus par nos ancêtres, ils nous bloquent dans notre évolution. Marie-Agnès Louviaux, thérapeute certifiée en constellations familiales. L'Hêtre d'or asbl. 6000 CHARLEROI. 071 43 55 53 - 0498 576 490. hetredor@skynet.be

[S] [Na] «Marche ton chemin de vie». 10 et 11/1. 10h - 18h. Méthode Peter Koenig (relation à l'argent) et constellations familiales pour lever les obstacles sur le chemin de votre réalisation professionnelle. Patricia Lambotte, constellatrice certifiée. 5100 WÉ-PION. 081 22 93 69 - 0496 308 145. info@consteldanse.be.

[R] [Lg] Constellations Familiales & Systémiques. 10/1. 13h - 19h. Groupe de constellations F&S, 1X/mois. Guérir ses racines, cessez de porter ce qui ne nous appartient pas. Isabelle Goffaux, psychothérapeute. Une vie autrement Asbl. Salle Les coquelicots. 4280 POUCET (HANNUT). 0478 240 033 - 019 514 946 . unevieautrement@yahoo.fr - www. unevieautrement.com.

[R] [Na] «Connexions» - groupe continu. 19/1 au 2/3. 19h - 21h30. Applications de la méthode des CF autour de 4 thèmes principaux, en suivant les besoins et l'évolution de chacun. Module de 4 séances (tous les 15j). **Patricia Lambotte**, constellatrice certifiée. 5100 WÉ-PION. 081 22 93 69 - 0496 308 145. info@consteldanse.be

[S] [Na] Atelier Constellations familiales. 31/1 et 1/2. 8h30 - 18h30. Atelier de techniques systémiques & psychogénéalogiques pour mettre en ordre sa vie personnelle et familiale et devenir artisan de son Destin. Majed Chambah, docteur en Sciences .INNERTECH™ Institut. Archéoscope. 6830 BOUILLON. 0484 907 123. contact@innertech.eu.

[S] [Bx] Constellations familiales selon Bert Hellinger. 31/1 et 28/2. 9h30 - 18h. Reprendre sa juste place dans la famille et se tourner, enfin libre, vers sa propre vie avec la force de ses ancêtres derrière soi. Odette Janssens, Madeleine Mignolet, psychothérapeutes, constellatrices certifiées. La Pierre d'angle. 1200 BRUXELLES. 02 762 42 32 - 010 45 98 56.

Conte & Ecriture

[R] [Bx] La constellation du Bouvier. 10/12 au 9/2. 18h30 - 21h. Ateliers écriture et développement personnel tous les jours. Propositions ludiques et créatives. Patricia Le Hardÿ, journaliste. L'ateliers des mots. 1060 BRUXELLES. 02 537 83 82.

[S] [Bw] Formation à l' Art de Conter. 13 et 20/12. 9h - 16h. Découvrir la sagesse et la magie des contes, réveiller sa créativité, oser la communication pour exprimer le plus beau de soi. Dominique Bernard. Re'poser Asbl. 1380 LASNE. 02 633 57 17 - 0477 541 4 33. dominique@reposer.org

[S] [Bw] L' Art de Conter. 13 et 20/12. 9h - 16h. Se reconnecter à une sagesse millénaire, contacter en soi la Source, les ressources, sa créativité et devenir trait d'union entre racines et éternité. Dominique Bernard, conteuse. Re'poser Asbl. 1380 LASNE. 02 633 57 17 - 0477 54 14 33. dominique@reposer.org.

[S] [Na] Récit de vie. 13, 27/1 et 10/2. 19h. Atelier d'éciture auto biographique 1 mardi sur 2. Se

raconter pour se libérer ou laisser une trace. Outils d'écriture. Projet de livre, nouvelles. **Martine Eleonor**, professeur et auteur. Expression asbl. 5030 ERNAGE. 081 61 52 81. info@expressioncea.be

Couleurs et Chromothérapie

[S] [Lg] La couleur et moi ! 13 ou 17/1. 19h. Cours d'auto-maquillage avec notions de relocking. Max de produits 100% naturels pour respecter votre peau. Fanou Renier, formatrice harmonisation par les couleurs, relaxologue. 4000 LIÈGE. 04 250 47 42 - 0476 361 838. francefanou@ yahoo.fr

[S] [Lg] Les Parfums, huiles & sérums de couleurs. 24-25/1. 10h - 17h30. Pour acquérir une méthode dans l'utilisation des Parfums de couleur. Eric Strobants, importateur Benelux Produits «Altearah». Une vie autrement Asbl. Salle Les Coquelicots. 4280 POUCET. 0478 240 033 - 019 51 49 46 . unevieautrement@yahoo. fr - www.unevieautrement.com

[S] [Na] Les couleurs vous parlent de vous. 7- 8/2. 9h - 18h. Découvrir le sens et la richesse des couleurs, ce qu'elles disent de vous et comment elles peuvent vous donner de si bonnes pistes. Françoise Liesse. Trifolium. 5030 GEMBLOUX. 087 55 59 30. f.liesse@skynet.be

Couples

[S] [Bx] Le couple en conscience. 24-25/1 et 14/-15/2. 10h - 18h. On net ombe pas amoureux parhasard. Pierre Catelin, créateur de l'Approche de l'Alignement. Imagine. 1040 BRUXELLES. 02 736 31 38. contact@imagine-aa.org

[S] [Bx] Atelier Rituel de couple. 14/12. 10h - 18h. Travail avec les outils de TPCE pour approfondir votre lien de couple dans un projet clarifié tenant compte du «je et du «tu» pour former le «nous». Eric-Yung Despic, thérapeute TPCE® et conseiller en rituels (KORéAM). Centre Ressourcements. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37. edespic@hotmail.com - www.ressourcements.be

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

Cures & Jeûnes

[S] [FI] Jeûne et randonnée. 3-9/1 et 7-13/2. A l'eau ou aux jus verts (reminéralisant et revitalisant). Une semaine de détox pour une réelle remise en forme à la Mer du Nord avec initiation à l'alimentation vivante. Patricia Kersulec, coach. Domaine Duinendaele. 8660 LA PANNE. 058 41 17 00 - 0475 586 563. www. jeune-et-randonnee.be.

Danse

[R] [Na] «Ah bon danse !» 10/12. 20h - 22h. Les mercredis. Habiter son corps, suivre l'énergie, se déployer, à l'aide de mouvements d'ensemble. Ouvert à tous. Patricia Lambotte. 5100 WÉPION 081 22 93 69 - 0496 308 145. info@consteldanse.be

[R] [Bx] Cours de barre à terre . 10, 11,15, 17 ou 18/12 ou 5/1. Le midi ou le soir. 6 cours les lundi, mercredi, jeudi. Libérer stress et tension. Travail au sol de la souplesse et du renforcement musculaire en harmonie avec son corps. Céline Wobmann, chorégraphe,

danseuse de scène et professeur. Atelier Mouvanse. Centre Rosocha. 1210 BRUXELLES. 0473 423 399. ateliermouvanse@ amail.com

[R] [Bx] Cours de danse pour seniors. 11/12. 11h - 12h. Les jeudis. Garder coordination, souplesse et équilibre par l'apprentissage en douceur des bases de la danse jazz et de chorégraphies de styles variés. Céline Wobmann, chorégraphe, danseuse. Atelier Mouvanse. Centre Rosocha. 1210 BRUXELLES. 0473 42 33 99. ateliermouvanse@ gmail.com.

[R] [Bx] Danse spontanée sur musique live. 13/12 et 18/1. 21h - 23h. Aussi le 31/01/2009 de 10h30 à 12h30. Entrez dans le corps et le rythme et libérez votre mouvement intérieur. Une expérience unique et ressourçante! Ouvert à tou(te)s sans prérequis. Fabrice George, musicien, danseur, initié aux pratiques d'éveil par le mouvement et la voix. L'Espace Tribal . 1210 ST-JOSSE. 0497 906 539. sessions.tribales@yahoo.fr

[S] [Bx] DansEnergiES. 13/12

et 10/1. 20h - 23h59. 45 minutes d'exercices & jeux sur «Utopies & Rêves». 3h15 de danses spontanées sur des musiques pour expérimenter nos désirs utopiques et rêves. **François Mullenders**. Terre Essentielle. Centre Roscha. 1210 BRUXELLES. 0485 203 392. terre.essentielle@gmail.com

[S] [Lg] Danse en cercle. 14/12. 18h. Traditionnelles ou récentes, dynamiques ou méditatives, ces danses sont accessibles à tous. Marie-Christine Kaquet, psychologue, formatrice. Centre Yoga Massage. (CYM). 4031 LIEGE. 04 367 17 40. mck@cym.be

[S] [Bf] Danse Plénitude. 14/12, 17/1 et 7/2. 14h - 18h. Danse d'éveil des sens pour contacter la plénitude de l'essence. Pour retrouver la Passion de vivre. Guidance par le tarot de la guérison. Angélique Sibilla, accompagnatrice de Vie. Difrenz-Ja. 1702 GROOT-BIJGAARDEN. 0495 62 24 16.

[S] [Na] Oser Danser. 14/12. 19h30 - 22h30. Danses individuelles et en synergie sur la symbolique d'une carte-médecine d'un



Formations à Bruxelles (Woluwé Saint-Pierre) Massage Traditionnel Chinois (TUINA) Pratiquants et Enseignants de QI GONG





CYCLE 1 de formation en Massage Traditionnel Chinois à Bruxelles :

1 vendredi/mois de janvier à juin 2009 - Accessible aux débutants.

1 vendredi/mois de janvier à juin 2009 - Accessible aux débutants.

CYCLE 1 sur 2 ans (dès octobre 2009) : certificat d'études en QI GONG traditionnel

CYCLE 2 (sur une 3ème année): Diplôme de Professorat de QI GONG chaque année d'étude se déroule sur 6 week-ends entre octobre et juin Cycle complet de formation à l'énergétique traditionnelle chinoise où sont étudiés aux côtés des QI GONG «préventifs et thérapeutiques», les massages chinois (TUI NA), la moxibustion, les ventouses et le YI JING.

Institut Traditionnel d'Enseignement du QI GONG Tél. 00 33 324 403 052 - bruno.rogissart@wanadoo.fr www.iteqg.com (dossier complet en téléchargement)

Vous êtes en souffrance ou en recherche?



1. THÉRAPIE INTENSIVE en MINIGROUPE en semaine ou en WE. Idéal pour aborder de façon rapide votre problème de vie.

2. WE DE GROUPE: pouvoir, affirmation et stress, faire ses deuils, dépression, amour et sexualité.

ANDRE MOREAU Gestalt thérapeute, analyse transactionnelle, hypnose PNL



PUBLICATIONS D'ANDRÉ MOREAU: «Vivre ma vie, ici et maintenant: «Psychothérapeute: 'faire' de la thérapie ou 'être' thérapeute», «Autothérapie assistée», «Défrichez votre passé», «L'amour, toujours l'amour» Ed. Nauwelaerts (B).

32, Rue du Petit Ry - B-1340, OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE Tél.: 00.32(0)10 41 69 97 - 00.32(0)478.825288 - moreau.andre@scarlet.be Site: www.yvoirclair-moreau.com

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

animal-totem. **Danou et François.** Terre Essentielle. Ferme de Vévy-Wéron. 5100 WÉPION. 0485 203 392 - 081 46 15 31. terre.essentielle@gmail.com

[R] [Bx] Cours de danse contemporaine pour adultes. 16/12 ou 6/1. 19h - 20h30. Tous les mardis. Exercices au sol puis une chorégraphie dans le but de développer les sensations perçues par le corps et la fluidité qui en découle. Laetitia Barthélemy, danseuse de l'Académie internationale de danse à Paris. Centre ROSOCHA. 1210 BRUXELLES. 0495 284 425. spirale@live.be

[S] [Bx] Danse Ré-Créative. 19/12. 20h15 - 23h15. Exercices et jeux sur «Couleurs & chakras». Le rôle des centres d'énergie et de l'arc-en-ciel dans notre vie individuelle et relationnelle. François Mullenders, Muriel Lejeune. Terre Essentielle. Centre Rosocha. 1210 BRUXELLES. 0485 203 392. terre essentielle@gmail.com

[S] [Bx] Danse Orientale. 21/12. 13h - 17h. L'invitation est d'explorer notre propre palette intérieure, à travers cette danse qui permet de contacter chaque élément, avec chaque partie du corps. Emeraude. Académie de danse Yantra. 1050 BRUXELLES. 02 646 25 64. contact@aca-yantra. be

[S] [Bf] Tandava - la danse méditative ultime. 14 et 28/1 et 11 et 25/2. 19h30 - 21h. Venez expérimenter l'extase du lâcher-prise total. Entrez dans cet alignement divin, la danse pure. Etre tout simplement et laisser émerger ce qui est. Sono. Home is where the Heart is. 1600 ST-PIETERS-LEEUW. 02 305 3039 - 0488 270 399. info@livingtantra.be.

[S] [Bx] Danse Ré-Créative. 16/1. 20h15 - 23h15. Exercices et jeux sur «Métamorphoses». Notre capacité de changer, d'évoluer nous permet de nous adapter aux autres et aux nouveautés de la vie. François Mullenders, Muriel Lejeune. Terre Essentielle. Rosocha. 1210 BRUXELLES. 0485 203 392. terre.essentielle@gmail.com

[S] [Bx] Atelier danse spontanée et M.L.C. 25/1. 14h - 17h30.

Entrez dans la présence et le mouvement : découvrez la Méthode de Libération des Cuirasses et le plaisir de danser spontanément sur des musiques live. Fabrice George, danseur, musicien, initié aux pratiques d'éveil à soi par le mouvement et Christine Lambert, formée par ML Labonté. Espace Tribal. Salle Resonance. 1060 BRUXELLES. 0497 906 539 - 0494 475 713 chrislambrosi@yahoo.fr

Décodage biologique

[S] [Na] Séminaire de base en biologie totale. 24-25/01, 21-22/02, 21-22/03, 25-26/04, 16-17/05. 9h - 19h. Formation ouverte à tous, sans pré-requis. Dispensée en 5 we, de janvier à mai 2009. Ananda Meyers, thérapeute et superviseur en déprogrammation biologique. Ellen Blanckaert. 6940 SEPTON. 04 351 74 85 - 04 239 27 97. ellen-blanckaert@skynet.be

Dessin & Peinture

[R] [Bx] Peindre, comment développer son talent ? 12/12, 16, 23, 30/1 et 6/2. 10h - 13h. Pistes et exercices variés sur la couleur et les matières. Cadrer, composer, imaginer. Ambiance de partage sans jugement. Marie-Rose Delsaux-Jacquemyns, artiste, art-thérapeute. 1200 BRUXEL-LES. 02 762 57 29 - 0475 60 06 14. mred2@skynet.be

[S] [Bx] Dessiner, comment s'y prendre? 15, 22, 29/1 et 5/2. 18h - 20h. Pour débutants : ex. variés et originaux pour développer le trait et la vision, aborder les choses avec des résultats encourageants. Marie-Rose Delsaux-Jacquemyns. 1200 BRUXEL-LES. 02 762 57 29. mred2@ skynet.be

[S] [Na] Dessiner sa propre fleur de vie de guérison. 18-19/12 et 8-9/1. En géométrie sacrée du coeur. Michèle De Beys, artiste peintre. 6890 REDU. 0497 702 633. mich.db@skynet.be - www. myspace.com/michdebeys

Développement Personnel

[S] [Bx] Les Ateliers des Emotions. 10/12. 15h30 - 17h. Pour ados : tristesse, confiance, colère, timidité... de 11 à 15 ans en groupe de 6 max. Un thème par mois. Eliane Steffes, coach. 1180 BRUXELLES. 0498 573 261. eliane@profile-coaching.be

[S] [Bx] Bien-être et émotions au travail. 12 et 18/12. 9h30 - 16h30. Apprendre à organiser et gérer son travail en intégrant les paramètres de l'efficacité et du bien-être. Gérer ses émotions au travail. Caroline Riviere, psychologue clinicienne, superviseuse en école de devoirs. Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente asbl. 1000 BRUXEL-LES. 02 511 25 87. formation@ ligue-enseignement.be



[S] [Na] Magnifiez l'estime de soi avec le rire et l'EFT. 12 au 14/12. Comment développer votre sentiment de valeur et votre puissance intérieure. Gregory Wispelaere, psychologue, coach de succès. Souffle de succès. Trifolium. 5030 SAUVENIÈRE. 0497 706 248. gregory@souffledesucces.be - www.souffledesucces be.

[S] [Bx] «J'ai pris rendez-vous avec moi-même». 13-14/12. 9h30 - 18h30. Pour faire le point sur votre vie. Comment voulez-vous qu'elle soit ? Il s'agit d'un retour à l'essentiel. Votre essentiel! Miek Smyers, maître praticien en PNL humaniste. Studio Aniway. 1030 BRUXELLES. 0497 290 870. miek.smyers@skynet.be - www.life-experience.be

[S] [Na] Reiki 1er niveau. 13 au 14/12. 10h - 17h. Initiation à cette technique de bien-être et de guérison. Théorie et nombreux exercices sur soi et les autres. Développement de l'intuition . Anne-Marie (Claire) Dekoster, psychothérapeute/énergéticienne. Au Culbutus. 6800 FREUX. 061







Le pentagramme du Tarot : votre toile en couleurs, images et sons

Par Nathalie Limauge. tarologue et Isabella Buvle. enseignante en Aura Soma.



Par votre nom, vos prénoms et votre date de naissance, découvrez l'éclairage du Tarot concernant votre histoire et un travail subtil de reconnexion à votre essence par les lectures des bouteilles Aura Soma qui y sont associées.

A Walhain, du 5 au 8 février 2009 - Conférence gratuite le 9 janvier 2009. Renseignements et inscription obligatoire : 0477 54 49 49





Ch. de Waterloo, 616 (près de la Bascule) • 1050 Bruxelles 02 345 10 88 - www.natural-selection-clothing.be Heures d'ouverture : du mardi au samedi de 10h à 18h



41 11 38 - 0499 370 997. dekosterannemarie@vahoo.fr

[S] [Bw] Expérimenter une communication authentique et bienveillante. 13/12. 10h - 18h. Apprendre à écouter, à accueillir nos émotions. Retrouver le lien à notre corps. Développer notre capacité à dire nos besoins à partir de l'écoute intérieure. Muriel Hemelsoet. 1495 VILLERS LA VILLE. 071 81 08 06. muhemelsoet@hotmail.com

[S] [Bx] Mandala des 4 éléments de la vie. 14/12. 10h - 16h30. Pour se recontacter à la nature et retrouver un rythme naturel. Créer à partir de chaque élément (eau, feu, terre, air) pour enrichir notre vie. Marie-Rose Delsaux-Jacquemyns, artiste, art-thérapeute. 1200 BRUXELLES. 02 762 57 29 - 0475 60 06 14. mred2@skynet.be

[S] [Ha] Reprogrammation de l'ADN. 14/12 et 8/02. 9h30 - 18h. Installez de nouveaux programmes dans votre ADN! Il est possible de le reprogrammer grâce à la puissance de l'intention. Claude Van Wymeersch. Mons Bien-Etre. 7000 MONS. 0478 253 401. cvw38@hotmail.com

[S] [Ha] Relaxation Coréenne. 20/12 et 10/1. 10h - 12h30. Mobilisation des articulations, respiration yogique, évaluation Mindfulness. Anita Delforge, J.M. Zabus. 7100 LA LOUVIERE. 0473 772 388 - 0. centre.eol@gmail.com

[S] [Bx] Compréhension des maladies du système locomoteur. 7/1. 9h - 17h. Nos émotions soustendent nos comportements psychomoteurs. Nos échecs dévalorisants induisent dysfonctionnements, ruptures de ces structures de soutien. Eduard Van Den Bogaert, médecin. 1060 BRUXELLES. 0499 075 789. 7evidences@live.be

[S] [Bw] Le quotidien tue-t-il l'amour ? Oui, si ... 9 au 11/1. 19h. Vous n'exprimez pas vos sentiments et ressentiments, vous critiquez les autres sans vous remettre en question. André Moreau, gestalt-thérapeute. Y Voir Clair. 1340 OTTIGNIES. 010 41 69 97 - 0478 825 288. yvoirclair@ yahoo.fr

[F] [Bx] Affirmation et estime de soi. 9/1 au 5/6. Formation longue tout public. Plus d'infos dans notre magazine Repères. Isabelle Nazare-Aga, psychothérapeute cognitivo-comportementaliste, praticienne en PNL, sophrologue, auteure.. E.P.E. Bruxelles. 1180 UCCLE. 02 733 95 50. secretariat@ecoledesparents.be

[S] [Na] Les 12 travaux de Hercule revus et corrigés. 10/1. 13h - 17h. Faire des liens entre les récits mythologiques et le développement personnel. Pour une (re) prise en mains de sa vie. L'école de tarologie. Un Autre Regard. 5004. 081 20 09 41. vincentbeckers@skynet.be

[S] [Bx] L'Art de vieillir. 10/1. 10h - 18h. Le travail du bien vieillir. Il y a des deuils à faire, une révolution narcissique à opérer : laisser mourir le vieil homme pour laisser advenir l'homme intérieur. Marie De Hennezel, psychologue, écrivain. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S] [Lg] Initiation: polarités et équilibrage énergétique. 10-11/1, 7-8/2 et 7-8/3. 10h - 18h. Pour rétablir la circulation de l'énergie vitale, la rendre fluide et harmonieuse dans le corps. Fabrice Mascaux, éducateur et psychologue. Espace de ressourcement. 4000 LIÈGE. 0495 42 62 52. f.mascaux@espace-deressourcement.be

[S] [Bx] Défis, traversées et projet de vie (1). 10/1. 9h30 - 13h. Le ciel de naissance se révèle une cartographie de nos défis, nous situant dans l'univers et évoquant l'enjeu potentiel de notre traversée terrestre. Christian Lestienne, psychologue clinicien, sensibilisé à la dimension transpersonnelle. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S] [Lg] La loi de l'attraction. 11/1. 10h30 - 17h. Atelier d'application. René Milon, analyste en gestion de pensée. Chez Providence. 4300 WAREMME. 019 67 68 11.

[S] [Bx] Le mandala de la vie. 12 et 19/1. 18h - 20h. Connaissance des 6 principes de base pour une vie équilibrée et réalisation d'un

mandala personnel et imaginatif à partir de cette connaissance. Marie-Rose Delsaux-Jacquemyns, artiste, art-thérapeute. 1200 BRUXELLES. 02 762 57 29 - 0475 600 614. mred2@skynet.be

[S] [Bx] PhotoReading. 17, 18/1 et 1/2. 10h - 18h30. Découvrez que votre cerveau est capable, en qq minutes, d'emmagasiner l'essentiel d'un texte dans la mémoire à long terme. Marion Ceysens, MC, certifiée par Learning Strategies Co (USA). Domaine de la Futaie "Les Erables". 1180 BRUXELLES. 02 374 42 93. marionceysens@skynet.be

[S] [Lg] Etre l'auteur délibéré de sa vie. 17 et 18/1/2009. Comment appliquer la loi d'attraction afin d'atteindre facilement ses objectifs. Beaucoups de trucs et exercices seront faits + méthodologie pratique. Anne-Marie Dekoster, maïtre Reiki et psychothérapeute. Salle les Coquelicots. 4280 POUCET. 019 65 77 45 - 0478 240 033.

Atelier André comte-spo<u>nville</u>

«D'Eros à Agapè»

17 janvier de 10h à 18h au centre Les Sources à 1200 Bruxelles

Infos : 02 771 28 81 ou <u>www.tetra-asbl.be</u>

[S] [Bx] D'Eros à Agapè. 17/1. 10h - 18h. De l'amour qui prend à l'amour qui donne. Il y a plusieurs types d'amour que nous tenterons de distinguer et de comprendre. André Comte-Sponville, agrégé de philosophie, docteur Honoris causa de l'Université de Mons-Hainaut. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S] [Lg] Atelier de la magie holistique. 18/1. 10h30 - 17h. Lydie Elizabal, René Milon, maître de la magie de génération en génération. Chez Providence. 4300 WAREMME. 019 67 68 11.

[S] [Bx] La Périnatalité: mon projet-sens. 22/1. 9h - 17h. Comment les ressentis conflictuels de nos parents avant la conception peuvent diriger nos vie à notre insu ? Eduard Van

Formations en Biomagnétisme humain et Biochirurgie Immatérielle

Invitation...

Vous aurez le plaisir d'être accueillis à l'IFACE, afin de vous rendre compte, que tout ce qui est dit dans la documentation est réel, sincère et très objectif.

Vous parlerez avec les stagiaires pour connaître leurs impressions sur le ou les cours, théoriques et pratiques, en **BIOMAGNETISME HUMAIN**, qu'ils viennent de suivre.

Vous pourrez ainsi vérifier l'authenticité de l'efficacité de notre enseignement.

Chaque rencontre a toujours lieu le dernier jour d'une formation de base ou d'une formation supérieure.

Il est rare de pouvoir assister à de telles **réunions transparentes** avec, en plus, **des preuves de résultats en direct** que vous ne verrez nulle part ailleurs!

Vous aurez donc le privilège d'assister à des opérations en Biochirurgie Immatérielle



Vous découvrirez, sous vos yeux, de quelle façon notre esprit et nos propres énergies sont capables de prodiges insoupçonnables. Vous rêverez d'en faire autant, ce qui est possible, puisque la finalité de notre mission est de vous transmettre entièrement tout notre savoir faire.

Pour vous remercier de votre visite, sachez que si vous suivez la FORMATION DE BASE, votre voyage fait en France métropolitaine, suite à cette invitation, vous sera remboursé en valeur aller-retour (Train ou essence+ péages).

Téléphoner au 00 33 (0) 1 43 40 07 95 pour connaître les dates et heures d'invitation.

Vous êtes attendus sans aucun engagement de votre part. Vous vous en féliciterez!

Formation declarée de renommée internationale

Apprenez à pratiquer

l'art de redonner la santé grâce à vos propres énergies, véritable médecine fondamentale de l'homme appelée





Situation d'avenir gratifiante pour :

- · jeunes révant d'une belle carrière libérale
- · ceux qui veulent rebondir dans un métier indépendant
- praticiens médicaux, paramédicaux, infirmières, ostéopathes, kinésithérapeutes, esthéticienne, etc.... voulant se doter de moyens performants supplémentaires
- retraités cherchant à occuper leur temps utilement
- · tous ceux qui désirent soigner leur entourage



Vous recevrez un solide et rapide enseignement très efficace, vous initiant aux découvertes de Jean Marie BATAILLE, Chercheur en énergies biologiques, Docteur en Médecine Naturopathique (GB), Lauréat du Mérite et Dévouement Français pour Services Exceptionnels rendus à la Collectivité Humaine, Lauréat de l'Académie des Arts, Sciences et lettres.

Vous aurez une grande compétence ouvrant aux titres de BIOMAGNÉTISEUR*, puis de DRAINOLYMPHOLOGUE*, expert en vrais Drainages Lymphatiques Rénovateurs* donnant des résultats spectaculaires, et de MASSEUR RÉNOVATEUR*.

Après vous pourrez postuler pour devenir spécialiste en BIOCHIRURGIE IMMATÉRIELLE*,

N'hésitez pas, appelez-nous pour assister à des opérations Biochirurgicales.

CERTIFICATS DE STAGES

Vous aurez la faculté de vous inscrire à

L'ORDRE DES BIOMAGNETISEURS

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

www.ordre-biomagnetiseurs.com

Liste des professionnels

Documentation gratuite	
------------------------	--

IFACE: 10 rue de Fécamp - F75012 - Paris

Tél.: 00 33 (0) 1 43 40 07 95 • Fax: 00 33 (0) 1 43 44 57 15 • www.biomagnetisme.com

NOM et Prénom.....

Adresse

.....

Den Bogaert, médecin. 1060 BRUXELLES. 0499 075 789. 7evidences@live.be



[S] [Na] Magnifiez votre vie avec le rire et la loi d'attraction. 22 au 24/1. Créer une nouvelle orientation professionnelle et/ou de vie. Explorez vos talents et connectez-vous à votre pouvoir créateur. Gregory Wispelaere, psychologue, coach de succès. Souffle de succès. Ferme de Vevy Wéron. 5100 WÉPION. 0497 706 248. gregory@souffledesucces.be www.souffledesucces.be

[R] [Bw] La relation à l'autre. 23 et 25/1. 10h - 16h30. Aussi le 25/01 à Liège et le 30/01 à Theux de 20h à 22h30. Nous espérons tous d'être aimé et reconnu dans ce que nous sommes. Comment construire une relation juste à l'autre ? Nguyen Van Thong, pratiquant zen. Fleurs d'Eveil. 1390 ARCHENNES . 0496 188 064. zennguyenvanthong@yahoo fr

[S] [Lg] Formation Lire en soi comme dans un livre. 23 au 25/1. 10h - 18h. 1°cycle. La méhode EMBP permet la révélation de sa destinée et de sa nature spirituelle... La connaissance de l'ego et sa clé de libération. Eric Michel, co auteur de la méhode EMBP. Espace Equilibre. Abbaye des Bénédictines. 4000 LIÈGE. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.com

[S] [Na] La relation à l'argent : formation pour professionnels. 30-31/1 et 6 -7/3. Pour cadres, coachs, thérapeutes, consultants : expérimentation et intégration du processus de libération des croyances liées à la relation à l'argent. Peter Koenig, formateur en processus de développement et gestion de qualité à partir de la relation à l'argent. Eaux Vives Asbl. Trifolium. 5030 SAUVE-NIÈRE (GEMBLOUX). 060 34

61 43. christiane.goffard@eauxvivesasbl.be

[S] [Bx] Le processus de création. 31/1. 10h - 18h. Aider chacun à entrer dans le processus de création en clarifiant sa nature, son parcours personnel et le prochain pas à franchir. Luc Bigé, docteur ès Sciences, consultant et écrivain. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be.

[S] [Bx] Passe-âges de Femmes ou les plaisirs de la Ménopause. 31/1 au 1/2. 9h - 17h. Heurs et bonheurs de la naissance à la terre, la puberté, les épousailles, l'accouchement, la ménopause et la naissance au ciel. Eduard Van Den Bogaert, médecin. 1060 BRUXELLES. 0499 075 789. 7evidences@live.be

[S] [Bx] Compréhension des maladies du système immunitaire. 4/2. 9h - 17h. Ce système procède à la conservation de notre unité et au DIRE, au lieu de taire, ce dont nous avons été démunitedecin. 1060 BRUXELLES. 0499 075 789. 7evidences@live.be

Do-In

[S] [Lg] Initiation au Do-In. 23-24/12. 10h - 12h. Pour se maintenir en pleine santé, soulager les petits maux de la vie quotidienne et acquérir progressivement un état de sérénité mentale. Fabrice Mascaux, éducateur et psychologue. Espace de ressourcement. 4000 LIÈGE. 0495 426 252. f.mascaux@espace-de-ressourcement.be

Drainage Lymphatique

[S] [Bx] Formation Lympho-Energie. 10 et 14/1. Drainage lymphatique associé à l'énergétique chinoise. Dominique Jacquemay, diplômée en Médecine traditionnelle chinoise. 1050 BRUXELLES. 0473 449 719. www.lympho-energie.com.

[F] [Bx] Drainage lymphatique. 16-17/1 et 14-15/2. 9h30 - 17h. Cours essentiellement pratique. Selon la méthode Vodder. Application sur autrui et auto-massage. Ann Libotte. Ecole de Santé Holistique. 1070 BRUXELLES- ANDERLECHT. 02 520 28 25. info@sante-holistique.org

EFT- Emotional Freedom Techniques

[S] [Na] Magnifiez l'estime de soi par le rire et l'EFT. 13-14/12. 9h - 18h. Se libérer des expériences négatives qui ont forgé une estime de soi limitante ET permettre la reconnexion avec une Nouvelle Estime de Soi. Gregory Wispelaere, psychologue . Trifolium. 5030 GEMBLOUX. O497 706 248. gregory@souffledesucces.be

[S] [Bx] E.F.T. (Emotional Freedom Technique). 15/12 ou 12 ou 30/1. 9h30 - 18h. Atelier pratique pour découvrir et vivre la technique EFT. Se libérer de ses émotions négatives et de ses blocages. Yves Fischer, hypnothérapeute et coach. Alpha et Omega. 1160 AUDERGHEM. 071 87 50 32 - 0475 521 391. lesoutilsdumieuxetre@scarlet.be

[S] [Bx] S'ouvrir à l'abondance. 20-21/12. 10h30 - 18h30. Faites plus de clarté dans vos désirs profonds, créez, activez et vivez l'abondance dans votre vie. EFT, mouvement spontané, visualisation et reliance. Nicolas Roubaud, Fabrice George, praticien en Ontologie Dynamique Appliquée, en EFT (Technique de Libération Emotionnelle). Odyssée a.s.b.l. Salle Resonance. 1060 ST-GILLES. 0497 906 539 - 0486 531 334. sessions.tribales@yahoo.fr

[S] [Bx] Cercle EFT. 7, 14 et 28/1 et 4/2. 20h - 22h30. Les mercredis. Partagez vos soucis & libérezles avec l'EFT en groupe. Bénéficiez de la paix générée par l'EFT. Comment réussir 2009 dans la confiance, sans stress ? Caroline Dubois, psychothérapeute et formatrice EFT. Aimer Apprendre. 1180 BRUXELLES. 02 381 20 96. c.dubois@skynet.be

[S] [Bx] Formation EFT- Niveau
1. 19 au 23/1. 10h - 18h. Formation avancée après l'initiation.
Théorie, exercices en groupe,
par 2, démonstrations. 5 jours
dont supervision. Pour avoir une
pratique florissante. Caroline Dubois, psychothérapeute, formatrice EFT. Aimer Apprendre. 1180

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

ciale femmes, 19/12, 9h - 18h.

«A la recherche de la clé perdue».

+ sur www.agendaplus.be!

masc. ainsi que sa douceur. 31/1 et 28/2. 14h - 18h. Connecter le masculin dans la simpicité et la fermeté et le féminin d'une manière ludique et profonde. Sono. 1640 RHODE-SAINT-GENÈSE. 02 305 3039 - 0488 270 399. info@livingtantra.be

Feng Shui

[R] [Ha] Harmoniser son habi-

BRUXELLES. 02 381 20 96 - 0475 63 87 47. c.dubois@skynet.be - http://www.hypnofree.com

EMF Balancing Technique®

[S] [Bx] Initiation EMF Balancing Technique. 24/1. 9h30 - 17h30. Pour ressentir et utiliser l'énergie d'harmonisation EMF. L'énergie d'amour et de cocréation au service de la vie quotidienne. Eva Van Den Broeck, enseignante et praticienne EMF. The Bridge of Singing Light. 1190 BRUXELLES. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

[F] [Bx] Formation EMF de Croissance Personnelle. 24 au 29/1. 9h30 - 17h30. Enseignement des Phases I à IV de l'EMF Balancing Technique. Possibilité de stage après la formation pour accéder au statut de praticien accrédité. Eva Van Den Broeck, enseignante et praticienne EMF. The Bridge of Singing Light. 1190 BRUXELLES. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

Enfants

[S] [Bf] Stage pour enfants,» les 5 sens». 22-23/12 et 29-30/12. 9h - 16h. Pour enfants de 5 à 9 ans. Les activités ludiques permettent aux enfants d'expérimenter et d'apprendre dans une atmosphère détendue. Michèle Maison, Bénédicte Jonckheere. Eutonie to Be. 1780 WEMMEL. 0495 54 01 78 - 0472 858 395. mami@eutonietobe.net - www.eutonietobe.net

Eutonie

[S] [Ha] Matinée de détente par l'Eutonie. 13, 17/12 ou 31/1. 9h30 - 13h. Habiter son corps en toute conscience. Retrouver l'harmonie intérieure et la santé. Se déverrouiller en douceur et profondeur. Retrouver sa vraie vie. Michèle Maison, certifiée en Eutonie. «La mouette». 7520 TEMPLEUVE. 0472 858 395. mami@eutonietobe.net

[S] [Lg] Journée Eutonie G.A. pour tous. 14/12. 10h - 16h. Prendre appui sur son corps pour se relaxer, gérer le stress, l'anxiété, le dos. Trouver les mouvements économiques au quotidien. **Benoît Istace**, eutonie pédagogue, psychomotricien. Académie de Musique. 4280 HANNUT. 087 22 68 62.

[R] [Bf] Pour découvrir votre corps. 15/12. Les lundis 18h ou mardis à 19h30. Pour vous relaxer ou bouger autrement, gérer vos tensions et vivre pleinement l'instant présent. Cours aussi à Woluwé St Lambert. Michèle Maison, certifiée en Eutonie. 1780 WEMMEL. 0472 858 395. mami@eutonietobe.net

Féminité-Masculinité

[S] [Bw] Sagesse des femmes, gardiennes des transmissions. 11-12/12. 9h - 17h30. Pour toutes les femmes à la recherche de leur essence féminine dans les méandandes de leur arbre famillial. Yolande Malotaux, sociologue et consultante en relations humaines. Centre d'Epanouissement Personnel et Relationnel. 1340 OTTI-GNIES. 010 48 35 40. dominique.chauvaux@cepr.be - www.cepr.be

[S] [Ha] Journée d'éveil spé-

Ecole Villa Florence~

Ecole 7

Massothérapie
Esthétique
Pédicurie médicale

Psycho-sensoriel
Hot stone
Kata
Ayurvédique
Formations en courtes et longues périod

Formations en courtes et longues périodes www.villaflorence.be

+32 (0)475 94 13 40 - T/F :+32 (0)69 77 77 40

E Rue Lefébyre Caters 7500 - TOURNAI

Reïki +32 (0)475 94 Drainage lympho.E Rue Leféb

CAROLE PEETERS



Shiatsu

Californien

Réflexologie

- Maître enseignant reiki usui reiki karuna[®] soins - formations sur demande
- Massages thérapeutiques énergétiques
 Astrologie médicale numérologie tarots runes

Tél · 067 49 00 99 - gem 0477 58 47 9

Tél. : 067 49 00 92 - gsm 0477 58 47 25 36A rue croisettes Ecaussinnes

Consultations sur rendez-vous www.savoiretbienetre.be

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



L'APPROCHE DE L'ALIGNEMENT

Relation d'Aide & Développement Personnel Changer ses Croyances Limitatives Aligner sa Vie sur le Sens de sa Vie

CONSULTATIONS

Pierre CATELIN 02 736 31 38 • 0486 76 09 27 Avenue Camille Joset 15 1040 Etterbeek

France DEPREZ 0476 46 53 40 Avenue de la Couronne 134 1050 Ixelles

Maria LOHRUM 02 662 22 15 Rue de la Vignette 126 1160 Auderghem

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

Maricé NISET 02 219 04 73 • 0478 56 71 36 Chaussée de Louvain 465 1380 Lasne

Béatrice ARPIGNY 02 366 93 23 • 0478 38 06 01 Rue des Radoux 34 1440 Braine le Château

Francisco Felix MOLINA DA COSTA 087 22 97 87 Rue Léopold Mallar 65 4800 Verviers

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

Aussi: Séances de Rencontre Intuitive avec le Cheval

FORMATION

FORMATION À L'APPROCHE DE L'ALIGNEMENT Le Corps & le Mental & l'Esprit

Décoder les messages du corps, travailler avec l'intuition, changer les croyances et conduire des Consultations d'une façon efficace et créative.

Le Cycle 2008-2010 commence en décembre 2008.

Le Dernier Livre de Pierre Catelin



BIENVENUE SUR TERRE... Petit Manuel pour Être la Révolution

avec Axelle De Brandt

2008 • Imagine Publications

ISBN 978-2-9600796-0-9 22 €

INFO

IMAGINE asbl

Tél.: 02 736 31 38

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

www.imagine-aa.org





fahiange

huiles essentielles, fleurs de bach, élixirs des arbres, livres, cartes, pierres, cosmétiques, tisanes

un monde végétal naturel pour le respect de l'être

drainage lymphatique, réflexologie, reiki, reconnexion®, quantum touch, ateliers formation les huiles essentielles, les quantiques®

70, avenue du prince héritier 1200 bruxelles mardi au samedi de 10 à 18h30

> www.fabiange.be tél.: 02 673 41 22

Posters de Mandalas avec des affirmations positives







Posters A3 (30x40 cm) à partir de 10 € Autres dimensions possibles Mieux-être, harmonie et beauté pour votre intérieur

www.espacemieuxetre.be Tel: 02 354 4086

tation. 12/11. Les mercredis soir. Initiation à la décoration et à l'harmonisation de son habitation. Des conseils simples et aisés à appliquer, pour vous aider à vous épanouir et à débloquer les situations qui posent problèmes. Michèle Goessens. «La Charmeraie». 7380 BAISIEUX. 0477 696 626.

[R] [Bx] Le Feng Shui traditionnel chinois. 13 et 27/12. 9h30 -17h30. Module 2. Ba Zhai Feng Shui ou le Feng Shui des Huit Palais. L'orientation de la maison, les secteurs (dé) favorables, les afflictions annuelles, sélection de lieux propices, applications pratiques. World of Feng Shui Belgium. 1080 BRUXELLES. 02 522 26 97. info@infinityfengshui.

[S] [Bw] Stage découverte. 13-14/12 et 31/1 et 1/2. 10h - 17h30. Découvrir les outils et conseils simples à réaliser. Offrez-vous les bases nécessaires à l'apprentissage du Feng Shui. Emmanuel De Win, géobiologue et expert en Feng Shui. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0472 308 656. interieur_particulier@hotmail.fr - www.espacepresence.be

[S] [Ha] Initiation au Vastu Shastra (Feng Shui indien). 20/12. 9h30 - 18h30. Initiation à la décoration et à l'harmonisation de son habitation. Des conseils simples et aisés à appliquer, pour vous aider à vous épanouir et à débloquer les situations qui posent problèmes. Michèle Goessens, spécialiste en homethérapie et psychodécoration. La Charmeraie. 7380 BAISIEUX (QUIÉVRAIN). 0477 696 629.

[R] [Bx] Le Feng Shui traditionnel chinois. 10 et 24/1. 9h30 - 17h30. Module 3. Xuan Kong Feng Shui ou le Feng Shui de l'étoile volante. L'importance de la temporalité en feng shui, les étoiles volantes, configurations particulières, cas concrets. World of Feng Shui Belgium. 1080 BRUXELLES. 02 522 26 97. info@infinityfengshui.com

[S] [Ha] Week-end d'initiation en Feng Shui international. 17-18/1. 9h30 - 18h. Pour pouvoir bien appliquer le Feng Shui chez soi ou sur votre lieu de travail, en toute autonomie. Christine Filici. Centre de Bien-Etre. 7000 MONS. 0478 253401. cvw38@ hotmail.com

[S] [Bw] Stage d'approfondissement. 17-18/1 et 21-22/2. 10h - 17h30. Approfondir les applications du Feng Shui. 2 jours de formation et découverte des subtilités inédites du Feng Shui. Emmanuel De Win, géobiologue et expert en Feng Shui. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0472 308 656. interieur_particulier@hotmail.fr - www.espacepresence.be

[S] [Na] Harmoniser son habitation. 12/11. Initiation à la décoration et à l'harmonisation de son habitation. Des conseils simples et aisés à appliquer, pour vous aider à vous épanouir et à débloquer les situations qui posent problèmes. Michèle Goessens, spécialiste en homethérapie et psychodécoration. INKS. 5000 NAMUR. 0477 696 629. www. psychodecorationfengshui.com

[S] [Bw] La purification de l'Espace. 7/2. 10h - 17h30. Le propre attire le propre, la saleté attire la saleté qu'elle soit matérielle la saleté qu'elle soit matérielle ou psychique, simple loi de l'attraction. Apprendre à purifier les maisons des influences néfastes sur le quotidien. Emmanuel De Win, géobiologue et expert en Feng Shui. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0472 308 656. interieur_particulier@hotmail.fr

[S] [Bw] Feng shui de l'Amour. 8/2. 10h - 17h30. Envie de dynamiser, harmoniser ou booster sa vie de couple. Découvrir les astuces et conseils à appliquer simplement afin de rendre le quotidien harmonieux à deux et en famille. Emmanuel De Win, géobiologue et expert en Feng Shui. Intérieur particulier. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 0472 308 656. interieur_particulier@hotmail.fr

Fleurs de Bach

[S] [Bw] Formation théorique et pratique aux Fleurs de Bach. 13 et 20/12, et 10 et 24/01. 9h - 16h. Approcher l'œuvre d'E.Bach, c'est entamer avec soi-même et avec l'autre, un merveilleux chemin de guérison et d'unité. Dominique Bernard. Re'poser Asbl. 1380 LASNE. 02 633 57 17 - 0477 54 14 33. dominique@reposer.org

[S] [Ha] Fleurs de Bach. 16 et 23/1. 9h30 - 17h30. Apprenez à connaître et utiliser les Fleurs de Bach pour vous-même et vos proches. Un chemin vers l'équilibre et le bien-être. Formations agréées par le Centre. Véronique Heynen-rademakers, conseillère, formatrice. La Mouette. 7520 TOURNAI. 0474 387 160. info@ fleurdebach.be

[S] [Bx] Fleurs de Bach - formations agréées par le Centre. 16-17/1. 9h30 - 17h30. Apprenez à connaître et utiliser les Fleurs de Bach pour vous-même et vos proches. Véronique Heynen-rademakers, conseillère, formatrice. La Maison du Mieux-être. 1040 BRUXELLES. 0474 387 160. info@fleurdebach.be

[S] [Bx] Fleurs de Bach. 31/1 et 7/2. 9h30 - 17h30. Apprenez à connaître et utiliser de manière adéquate les Fleurs de Bach pour vous-même et vos proches. Formations agréées par le Centre. Véronique Heyden-rademackers, conseillère, formatrice. Aimer Apprendre. 1180 UCCLE. 0474 387 160. info@fleurdebach.be

Géobiologie

[S] [Ha] Les messages des mémoires des murs, des objets. 13/12. 9h30 - 18h. Sachant dejà pratiquer le magnétisme, comment dissoudre efficacement ces énergies stressantes (lieux et objets) et accroître ainsi le bien être. Baudouin Labrique, bioénergéticien et géobiothérapeute. RetrouverSonNord. Centre La Charmeraie. 7380 BAISIEUX. 071 84 70 71 - 0475 984 321.

[F] [Bx] La Biorésonance Multimodale. 13/12. 9h - 17h30. Comment utiliser l'antenne Lecher en thérapies complémentaires et soins énergétiques. Matériel à disposition. Michel Navez, acupuncteur, énergéticien et Michel Lespagnard, ing. électricité, concepteur de l'A. L., géobiologue. Cereb. Centre Culturel. 1090 BRUXELLES. 0498 827 705 - 04 246 25 19.

[S] [Na] Détecter les ondes avec l'Antenne Lecher. 18/1. 9h -17h30. Initiation à la détection et à la recherche en géobiologie, équilibre énergétique, radiesthésie,

La Grotte de Sel

microclimat maritime

Bien-être et détente pour les adultes et les enfants. Aidez votre organisme à se protéger des allergies, de l'asthme, du stress, de la fatigue, de la pollution... Boutique de produits naturels et cadeaux.

> Rue des Atrébates 20 à 1040 Bruxelles Infos & réservation : 02.742.19.92

lagrottedesel@skynet.be - www.lagrottedesel.com La Grotte ne remplace pas un traitement médical.

Toucher & Massage CénesthésiC®

Une porte d'entrée pour restaurer ou approfondir le contact authentique avec nous-même et trouver la tonalité juste pour rencontrer autrui.

Stages d'initiation 6-7 décembre / 10-11 janvier

liz.stengele@skynet.be 02 346 47 50

Espace Beauté & Bien-Être

FLOREAL

pour Elle & Lui

Soins individualisés alliant naturel et efficacité Produits et soins bio • Massage thérapeutique chinois Anne Manini - Marc Hergot

02 351 09 09 - Rue du Coq, 2D - 1380 Lasne-Ohain



ACTION «ANTI CRISE»

Geneviève CASTILLE

bio-esthéticienne Dr. Hauschka

Vous accueille dans un cadre chaleureux et apaisant.

Offre de 10% sur présentation de ce bon,
sur les soins visages et les soins du corps

1490 Court-St-Etienne Sur RDV : Tél.010 61 68 42





- * 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-qigong.be

Les Elixirs PHI d'Andréas KORTE les nouvelles vitamines de l'âme



élixirs de Dauphins, Baleines élixirs floraux,minéraux et animaux à haute valeur énergétique grâce à la méthode de préparation par le cristal°

Disponible maintenant en Belgique

Distribution PHI
105 rue Belvaux - 4030 GRIVEGNEE
Tel 04 343 70 58 - Fax 04 340 04 84
martine.bodart@mac.com
catalogue sur demande



Radiesthésie Radionique Santé Bien-être Géobiologie Magnétisme Force mentale Energies vibratoires

Catalogue GRATUIT sur demande

Éditions & laboratoires SERVRANX

Rue Gustave Biot, 23-25 B-1050 Bruxelles Tél: 02 649 18 40 - Fax: 02 649 12 10

www.servranx.com

magnétisme, test de produits... méthode ECMOS ©. Matériel à disposition. **Michel Lespagnard,** ing. électricité, concepteur de l'A. L., géobiologue, énergéticien. Cereb. Centre Culturel. 6720 HA-BAY. 04 246 25 19 .

[F] [Bx] Devenez géobiologue. 24/1. 9h - 17h30. En 7 samedis. Nous étudierons la géobiologie, l'éco-bioconstruction, les pollutions, le feng shui, l'équilibre énergétique.. les mesures et corrections. Attestation. Michel Lespagnard, ing. électricité, concepteur de l'A. L. Cereb. Centre Culturel. 1090 BRUXELLES. 0498 827 705 - 04 246 25 19.

[S] [Bx] Détecter les ondes avec l'Antenne Lecher. 30/1. 19h30 - 22h. En 3 soirées. Initiation à la détection et à la recherche en géobiologie, équilibre énergétique, radiesthésie, magnétisme, test de produits. Méthode ECMOS ©. Matériel à disposition. Michel Lespagnard, ing. électricité, concepteur de l'A. L., Cereb. Centre Culturel. 1090 BRUXELLES. 04 246 25 19.

Hypnose

[S] [Bx] Auto-hypnose: poids et boulimie. 12/12, 9/1 ou 6/2.14h - 17h. Faire évoluer la relation à la nourriture, à son corps. Par le processus hypnotique, apprendre la maîtrise de son subconscient. Eric Mairlot, psychiatre. Institut de Nouvelle Hypnose et de Psychosomatique. Espaces Coghen. 1180 UCCLE. 02 538 38 10. info@nouvellehypnose.com

[S] [Bx] Auto-hypnose: poids et boulimie. 17/1. 14h - 17h. Faire évoluer la relation à la nourriture, à son corps. Par le processus hypnotique, apprendre la maîtrise de son subconscient. Jean-Mary Gilmant, psychologue. Institut de Nouvelle Hypnose et de Psychosomatique. Espaces Coghen. 1180 UCCLE. 02 538 38 10. info@nouvellehypnose.com

[S] [Na] Stage Alpha - Initiation à l'auto-hypnose. 17/1. 9h30 - 17h30. Apprenez à utiliser les ressources de votre cerveau et à maîtriser votre subconscient pour faire évoluer votre vie et la relation à votre corps. Astrid Bernaers, hypnothérapeute. Centre

Amethyste. 5310 EGHEZEE. 0474 503 141. amethyst.cent@ amail.com

Kinésiologie

[S] [Na] Symbio-kinésiologie. 12-15/12. 9h30 - 18h. La symbolique, la biologie et la kinésio intégrées ds une démarche systémique donnent accès à l'hologramme du sens. TestGamma, test méridien/transfert. André Malachane. Tpc Confluent. Inst. Namurois Kinesiologie Spécialisée. 5000 MALONNE. 0473 283 350 - 010 84 14 98. s.adant@ skynet.be

[S] [Na] On Brain: 1er niveau: tools of the Trade. 13-14/12. 9h30 - 18h. «Les outils de Travail». Structure d'une séance de kinésiologie, test musculaire de précision, le baromètre du comportement, récession d'âge, défusion. Sylviane Adant, instructrice de base. Tpc Confluent. Inst Namurois Kinesiologie Spécialisée. 5000 MALONNE. 0473 283 350 - 010 84 14 98. s.adant@skynet.be

[F] [Bx] One Brain 1 - Les Outils du Métier. 18-19/12. 9h30 - 17h30. Premier module de la formation professionnelle. Atelier de développement personnel qui permet de suivre les ateliers à thème sur le poids, les intolérances (alimentaires et autres), etc. Pas de pré-requis. Nicolette Peyre, formatrice avancée en One Brain ®, instructrice TFH1. Ecole du Mieux-Vivre. 1050 BRUXELLES. 02 649 49 68. npeyre@skynet.be

[S] [Bx] One Brain 2 - Basic one Brain®. 20-22/12. 9h - 17h30. Intégration cérébrale. Lever les blocages qui limitent nos capacités d'apprentissage à l'école et dans la vie. Nicolette Peyre, formatrice One Brain® membre faculté de Three in One Concepts®. Ecole du Mieux-Vivre. 1050 BRUXEL-LES. 02 649 49 68.

[S] [] Minding your business (occupe-toi de tes affaires). 6/1. 9h30 - 17h30. Se recentrer sur ses objectifs de vie, personnels et professionnels, pour mieux les atteindre, en appliquant la philosophie du One Brain® Three in One Concept. Nicolette Peyre, facilitatrice, formatrice avancée

en One Brain - instructrice TFH1. Ecole du Mieux Vivre. 02 649 49 68

[S] [Bx] One Brain - Facilitator short programm 1. 7-10/1. 9h - 17h30. Autorise immédiatement à donner de très nombreux programmes d'un jour rédigés par Daniel Whiteside. (Pré requis : instructeur de base) Nicolette Peyre, formatrice One Brain® membre faculté de Three in One Concepts®. Ecole du Mieux-Vivre. 1050 BRUXELLES. 02 649 49 68. npeyre@skynet.be

[S] [Na] Les barrières énergétiques-niveau 1. 10-11/1/2009. 9h30 - 18h. Outil original et performant de réinformation cellulaire adapté à la kinésiologie. Le cours est une synthèse de connaissances scientifiques de pointe. Maddalena Gualtieri, conceptrice et formatrice. Tpc Confluent. Inst Namurois Kinesiologie Spécialisée. 5000 MALONNE. 0473 28 33 50 - 010 84 14 98. s.adant@ skynet.be

[S] [Ha] La Santé par le Toucher - TFH niv.1. 12 et 19/1. 9h30 - 18h. 14 tests musculaires, 14 méridiens, diffèrentes méthodes de renforcements énergétiques et musculaires. Aucun pré-réquis; pour tous. Cécile Hancart, instructrice. L'Hêtre d'or asbl. 6000 CHARLEROI. 071 43 55 53 - 0498 576 490. hetredor@skynet.be

[F] [Bx] Kinésiologie. 16-18/1 et 13-15/2. 9h30 - 17h30. Cours de base, équivaut au programme du Touch For Health, Brain Gym et One Brain. 42h, 6 jours. Possibilité de suivre le cours complet reconnu par la FBK. Philippe Bombeek, kinésiologue. Ecole de Santé Holistique. 1070 BRUXELLES-ANDERLECHT. 02 520 28 25. info@sante-holistique.org

[S] [Ha] La Santé par le Toucher - TFH niv.2. 2 et 9/2. 9h30 - 18h. 14 tests complémentaires, la loi des 5 éléments et de la roue d'énergie chinois, les excès d'énergie, la libération des stress. Cécile Hancart, instructrice en L'Hêtre d'or asbl. 6000 CHARLE-ROI. 071 43 55 53 - 0498 57 64 90. hetredor@skynet.be

L'énergétique

[R] [Bx] Traitement Energéti-

que par la Lumière (A. Korte). 15, 22/12, 5, 12, 19 ou 26/1. 19h30 - 21h30. Rééquilibrage des énergies et mémoires pour mieux se reconnecter à notre Energie Vitale Joyeuse. Marie-Christine Parret, superviseur, spécialiste RH. Dolphin Revival. 1180 UC-CLE. 0499 176 795. dolphinrevival@skynet.be

[F] [Lg] Lecture d'aura. 21/12 au 25/11. 10h - 20h. Pour se reconnecter à votre potentiel (spirituel) par 1 travail sur les 3 corps (mental, émotionnel, physique). Formation sur 1 an. Martine Robazza, psychothérapeute, maître REIKI & enseignante. Une vie autrement Asbl. Salle Les Coquelicots. 4280 HANNUT. 0478 240 033. unevieautrement@yahoo.fr-www.unevieautrement.com

La Méthode Silva®

[S] [Lg] Séminaire de Base de la Méthode Silva . 12-14/12. 9h - 18h. Découvrir comment générer des états et des attitudes positives qui deviennent un aspect naturel de votre personnalité. Christine Denis, formatrice certifiée, hypnothérapeute et coach . Espace Equilibre. Ancienne Bibliothèque de Heusy. 4802 HEUSY. 087 229787. am@espace-equilibre.

[[S] [Bx] La Méthode Silva. 10-12/1. 9h - 18h. Stratégies de réussite et de bonheur au quotidien. Comment utiliser toutes les ressources de votre cerveau, intuition, mémoire, créativité, santé... Christine Denis, hypothérapeute et coach. Alpha et Omega Asbl. Maison ND du Chant d'Oiseau. Avenue des Franciscains, 3a. 1150 WOLUWE SAINT PIERRE. 071 87 50 32 - 0478 912 122. lamethodesilva@scarlet.be

[S] [Ha] La Méthode Silva. 6-8/2. 9h - 18h. Stratégies de réussite et de bonheur au quotidien. Comment utiliser toutes les ressources de votre cerveau, intuition, mémoire, créativité, santé... Christine Denis, hypothérapeute et coach. La Mouette. 7520 TEM-PLEUVE. Alpha et Omega Asbl. 069 55 84 24 - 071 87 50

Lithotérapie

[S] [Na] Lithothérapie : éner-

gie subtile des cristaux. 21/12. 9h30 - 18h. Les pierres qui soulagent du stress. Certaines pierres ou minéraux présentent des particularités énergétiques précieuses ds la gestion du stress. Luc Arco, médecin énergéticien reconnu par Reynald Georges Boschiero. Tpc Confilluent. Inst Namurois Kinesiologie Spécialisée. 5000 MALONNE. 0473 283 350 - 010 84 14 98. s.adant@skynet.be

Loisirs verts

[S] [Bx] Marche consciente et m. Afghane. 13/12 et 17/1. 10h - 17h. Pour faire de chaque pas une pratique psycho-corpo-spirituelle du quotidien en reliance avec la nature. Initiation aux rythmes respiratoires variés. Marie-Hélène Faures, marche consciente, yoga de l'arbre. Terres au souffle de lumière. Forêt de Soignes-Rouge Cloître. 1160 BRUXELLES. 02 733 00 98 - 0484 213 216. info@ geode.be

[S] [Na] Maredsous entre Flavion et Molignée. 14/12. 9h30. De Maredset, en passant par Falaën, Montaigle, et Sosoue, nos pas nous mènent à la rencontre de villages, de fermes isolées, et de lieux où le temps semble s'être arrêté. Marc Montfort, guide nature. Les Accompagnateurs de l'Ardenne. Abbaye de Maredsous. 5537 ANHEE-DENEE. 081 56 90 96.

[S] [Bf] Passer la porte des saisons en Forêt de Soignes. 21/12. 9h30. Force et paix de la nature, histoire de notre passé lointain, nous découvrirons, sur les sentiers et les drèves, les légendes oubliées de la nuit des temps. Serge Butaeye, guide nature. Les Accompagnateurs de l'Ardenne. Gare de Groenendal. 1560 HOEILAART. 02 673 62 62 - 0476 814 741

[S] [Na] Sur les hauteurs de la Lesse. 27- 28/12. 10h30. 2 jours de rando pour faire une pause, prendre l'air et respirer un peu, loin de l'agitation des fêtes. Bernard Hachez, guide nature. Les Accompagnateurs de l'Ardenne. Devant l'église de Furfooz. 5500 DINANT. 081 73 86 88 - 0479 206 425.

[S] [Bx] Atelier Marche

Consciente. 2 et 31/1 et 7/2. 10h - 12h. Pour une meilleure circulation de l'énergie dans tous vos corps, en lien avec le rythme de l'Univers et en cohérence à vousmême. Marie-Hélène Faures, marche consciente, yoga de l'arbre. Terres au souffle de lumière. Rouge Cloître, forêt de Soignes. 1160 BRUXELLES. 027330098 - 048421 32 16. info@qeode.be

[S] [Na] Stage de vannerie. 12 au 16/1. 9h - 16h30. Aller dans les bois. Choisir du noisetier. Revenir chez soi et comme nos grands-pères, en fabriquer un panier... Nadine Orban. Arbre (Art, Bien-être, Respiration)Asbl. La Maison de L'Arbre. 5660 BRÛ-LY-DE-PESCHE. 060 37 82 12. contact@arbreasbl.be

[Bw] Corporalité en conscience de Soi et Marche C. 24/1. 9h30 - 17h30. Samedis du Ressourcement : conscience corporelle et marche consciente: deux ateliers à découvrir, dans la joie et la douceur de qui l'on est vraiment. Catherine Glauden, visualisation, automassage, et Marie-Hélène Faures, marche consciente, animatrice de randonnées. Terres au Souffle de Lumière. 1370 LUMAY. 0478 688 010 - 02 733 00 98. info@geode.be

Magnétisme

[S] [Ha] Le magnétisme au quotidien. 8/2. 9h30 - 18h. Apprendre rapidement les bases simples et accessibles directement du magnétisme et déjà les appliquer pour améliorer la qualité de son cadre de vie... Baudouin Labrique, bioénergéticien et géobiothérapeute. Centre Retrouver son Nord. 6140 FONTAINE-L'EVÊ-QUE. 071 84 70 71. info@retrouversonnord.be

Massage pour Bébé & Femme enceinte

[F] [Ha] Massage Prénatal. 12/12 ou 9/1. 9h30 - 16h30. Découvrez et étudiez le massage prénatal. Une technique douce et harmonieuse permettant d'accueillir au mieux maman et le petit être en devenir. Ludo De Vriendt, massothérapeute et relaxologue diplômé. Zen Garden. 7100 HAINE-ST-PIERRE. 064

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

26 06 00. info@zengarden.be

Massages Thérapeutiques

[S] [Bw] Massage aux Pierres Chaudes. 13/12, 18/1 ou 7/2. 9h30 - 16h. Monique Domaige. Atlantide asbl. 1380 LASNE. 02 633 12 66. info@atlantideasbl.org

[S] [Bx] Massage professionnel 26/1, 9, 16/2, 2, 9 et 16/3. 10h - 17h30. Formation pour préparer à l'examen du jury central pour obtenir le diplôme officiel de masseur du Ministère. Joël Libert, formateur en massage. Timotheus-Intuition Asbl. Centre Sportif de la Forêt de Soignes. 1160 BRUXELLES. 0498 73 31 84. info@timotheus-intuition.be

[S] [Bw] Techniques de massage ayurvédique. 6-7/12. 10h - 18h. Adapter le massage à la condition du massé, approfondir les mouvements appris lors du stage d'initiation. John Marchand, formateur en Ayurvéda. Infirmier et psychothérapeute. Curcuma Asbl. Salle Paroissiate de Baulers. 1401 NIVELLES. 0479 78 74 18. info@curcuma.be



[F] [Ha] Massage aux Pierres Chaudes. 11/12 ou 8/1. 9h30 - 16h30. Formation professionnelle certifiée en massage Hot-Stone. Kit complet disponible : galets de basalte et unité chauffante professionnelle. Ludo De Vriendt, massothérapeute et relaxologue diplômé. Zen Garden. 7100 HAI-NE-ST-PIERRE. 064 26 06 00. info@zenqarden.be

[S] [Na] Initiation au massage aux huiles essentielles. 13-14/12. 10h - 17h. Découvrir les vertus bienfaisantes du massage aux huiles essentielles dans le respect et l'écoute de soi et de l'autre. Dominique Aelbrecht, massothérapeute, formatrice. Espace Bienêtre. 6810 CHINY. 0476 276

372. espacebien-etre@live.be

[S] [Bx] Détente et Relaxation (sur table). 13-14/12 et 17-18/1. 9h30 - 17h30. Apprendre les gestes de base et donner un massage complet. Ambiance conviviale et un max de pratique (2WE). Bernard Hermans. L'atelier du massage. 1190 BRUXELLES. 02 242 46 02. bernardmassage@versateladsl.be

[F] [Bw] Massage harmonisant. 13 ou 29/12. Formation complète et certifiée pour pratique familiale ou professionnelle. Philippe Ferbuyt, massothérapeute et formateur diplômé. Espace sérénité. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 02 384 23 50 - 0486 322 229. info@espaceserenite.be

[S] [Bw] Massage Ayurvédique du pied au bol Kansu. 14/12 ou 25/1. 10h - 12h30. Massage simple, praticable par tous, avec effet relaxant. Claire Bathiard. Atlantide asbl. 1380 LASNE. 02 633 12 66. info@atlantideasbl.org

[F] [Ha] Massage Amma sur Chaise. 15/12 ou 5/1. 9h30 - 16h30. Formation complète et sérieuse qui vous permettra d'étudier l'art du massage assis : le Amma. Ludo De Vriendt, massothérapeute et relaxologue diplômé. Zen Garden. 7100 HAINE-ST-PIERRE. 064 26 06 00. info@zengarden.be

[F] [Ha] Massage Harmonisant.

16/12 ou 6/1. 9h30 - 16h30. Formation en massage harmonisant. Découvrez le plaisir et le bienêtre liés au toucher. Niveau 1, initiation, ouvert à tous. Ludo De Vriendt, massothérapeute et relaxologue diplômé. Zen Garden. 7100 HAINE-ST-PIERRE. 064 26 06 00. info@zengarden.be

[S] [Bx] Atelier de massage Ayurvédique. 17/12. 18h30 -21h30. Pour les personnes ayant suivi le module 1 et qui souhaitent pratiquer en supervision. Isabelle Van Wallendael, praticienne et formatrice en Ayurvéda. 1180 BRUXELLES. 0497 318 171.

[S] [Bx] Massage Sensitif Belge: perfectionnement 3. 18-19/12 ou 20-21/12. Apprentissage de nouveaux mouvements orientés vers l'écoute du massé, l'intuition et la qualité de présence du masseur. Corinne Urbain, Régis Verley, gestalt-thérapeutes, formateurs en massage sensitif belge. Ecole de Massage Sensitif Belge. 1050 BRUXELLES. 02 644 07 48.

[S] [Ha] Initiation au massage harmonisant. 20 et 21/12. 9h30 - 18h30. Apprenez les gestes justes d'un massage relaxant aux huiles chaudes, dans le plus grand respect de la personne massée. Claude Van Wymeersch. Centre Mons Bien-Etre. 7000 MONS. 0478 253 401. cvw38@hotmail. com

Centre de bien-être et de remise en forme

Jusqu'au 15 janvier 2009, et en échange de ce bon, recevez une remise de :

15 à 25 % sur un massage, un soin, une dépilation permanente ou un maquillage permanent.



30 % sur la location de notre espace bien-être (Aramathérapie, kominothérapie, chromothérapie, sauna et balnéothérapie plantaire).

081 61 02 55

Av. de la faculté d'Agronomie, 59 - 5030 Gembloux - www.centredebienetre.be

Chantal SALOMONI tient à préciser qu'elle n'a pas suivi les études de "SYNCHROTHERAPIE" originaire du Centre Canadien de Synchrothérapie (Montréal) ni de Synchrothérapie Resources, INc (Santa Rosa, Californie). Elle a utilisé sans le savoir un terme déposé "Synchrothérapie" qui exprime parfaitement la technique corporelle qu'elle a développé au fil de ses formations, rencontres et expériences. Elle présente officiellement ses excuses pour cette erreur et utilisera pour définir sa technique de travail, le terme "SYNCHRO-GENESE", ou comment s'harmoniser, s'éveiller, se découvrir pour élever son niveau de conscience.

[S] [Bx] Détente du pied au bol Kansu. 20/12 ou 10/1. 9h30 - 17h30. Apprendre les mouvements pour donner un massage complet. Ambiance conviviale et un max de pratique. Bernard Hermans. L'Atelier du Massage. 1190 BRUXELLES. 02 242 46 02. bernardmassage@versateladsl.be

[F] [Bx] Formation certifiée au massage Hot Stone. 22- 23/12. 9h - 17h. 12h de formation le week end. Tous les mois. Marie-Anne Moreau, formée en médecine chinoise et thérapie énergétique. Attraction Positive. 1040 BRUXELLES. 0478 465 401. info@attractionpositive.eu

[F] [Ha] Formation au massage spécial dos. 23/12, 10/1 ou 2/2. 14h - 18h. Comment pratiquer un massage complet du dos par des techniques relaxantes très variées. Janique Merlevede, massothérapeute. 6000 CHARLEROI. 0474 304 844.

[S] [Lg] Massage énergétique à l'huile. 28/12. 19h - 21h30. Soirée découverte massage : méditation, puis massage du visage et du dos et explication concernant la formation. Joël Libert, formateur en massage. Timotheus Intuition asbl. 4000 LIÈGE. 0498 733 184. info@timotheus-intuition.be

[S] [Bx] Massage énergétique à l'huile. 3/1. 9h30 - 12h. Découverte massage : méditation, puis massage du visage et du dos et explication concernant la formation. Joël Libert, formateur en massage. Timothéus-Intuition Asbl. Centre Sportif de la Forêt de Soignes. 1160 BRUXELLES. 0498 733 184. info@timotheus-intuition.be Inscription obligatoire.

[S] [Bx] Massage Sensitif Belge: perfectionnement 1. 3 et 4/1. Orienté vers la respiration, la relaxation par le souffle et apprentissage de nouveaux mouvements. Corinne Urbain, Régis Verley, gestalt-thérapeutes, formateurs en massage sensitif belge. Ecole de Massage Sensitif Belge. 1050 BRUXELLES. 02 644 07 48.

[S] [Bf] Massage Sensitif Belge: massage assis. 3/1. une journée d'initiation à ce massage qui se pratique habillé et qui insiste sur les tensions du dos, de la nu-

que. Corinne Urbain, Régis Verley, gestalt-thérapeutes, formateurs en massage sensitif. Ecole de Massage Sensitif Belge. 1700 DILBEEK. 02 644 07 48.

[S] [Bw] Massage crânien ou massage harmonisant. 8-9/1 ou 30-31/1. 10h - 16h. A la portée de tous, permet une détente complète de la tête ou du corps à partir d'un massage tradit. Formule conviviale avec repas découverte. Michel Van Breusegem, massothérapeute. Centre PRANA. 1460 ITTRE. 0475 894 615 - 067 34 04 48. prana@pranacenter.eu

[S][Bx] Massage Sensitif Belge: initiation en semaine. 8 et 9/1. Apprentissage des mouvements de base du Massage Sensitif Belge et exploration de la communication par le toucher dans le respect. Corinne Urbain, Régis Verley, gestalt-thérapeutes, formateurs en massage sensitif. Ecole de Massage Sensitif Belge. 1050 BRUXELLES. 02 644 07 48.

[S] [Bw] Stage d'initiation en massage unifiant. 9 au 11/1. 10h - 18h. Pour toute personne désireuse d'apprendre les mouvements de base du massage unifiant, également prérequis à la formation profesionnelle. Dominique Chauvaux, massothérapeute. Centre d'Fnanouissement Personnel et Relationnel. 1340 OTTIGNIES. 010 48 35 40. dominique.chauvaux@cepr.be - www.cepr.be

[F] [Na] Formation à l'art du massage à l'huile. 10 et 11/1. 9h - 17h30. Massage, toucher, échange de ressentis, communication respectueuse pour pratique familiale ou professionnelle en 5 we de janvier à juin. Certification. Hélène Borlée, massothérapeute. Ferme de Vévy Wéron. 5100 WEPION. 081 21 08 82. helene. borlee@artdumassage.be

[S] [Lg] Massage Indien. 10/1. 10h - 17h. Massage trad. du sud de l'Inde (au sol, à l'huile). Journée de sensibilisation. Possibilité de s'inscrire ensuite au cycle d'initiation (4 samedis). Marie-Christine Kaquet, psychologue, formatrice. Centre Yoga Massage. 4031 LIEGE. 04 367 17 40. mck@cym.be

[S] [Lg] Massage profession-

nel. 10, 11, 17, 24/1, 7 et 14/2. 10h - 17h30. Formation pour préparer à l'examen du jury central pour obtenir le diplôme officiel de masseur du Ministère. Joël Libert, formateur en massage. Timotheus Intuition asbl. 4000 LIÈGE. 0498 733 184. info@timotheus-intuition.be

[F] [Bx] Formation en massage traditionnel chinois- TUI NA. 16/1, 13/2, 6/3, 10/4, 15/5 et 19/6. 9h - 18h. Module 1 (42h) 1 vendredi par mois de 01 à 06/2009 - anatomie - méridiens - protocole de massage TUI NA - remise d'un certificat. Bruno Rogissart, praticien en médecine traditionnelle chinoise et thérapie manuelle. Institut traditionnel d'enseignement du Qi Gong. Maison Notre Dame du chant d'oiseau, 1150 BRUXELLES. 00 33 324 403 052. bruno.rogissart@wanadoo.fr

[S] [Ha] Formation au massage des pieds Kansu et crânien. 16/1 ou 6/2. 10h - 16h30. A la portée de tous, permet une détente complète du corps à partir d'un massage tradit. des pieds ou de la tête, du visage, de la nuque et du dos. Michel Van Breusegem, massothérapeute. Centre Prana. 7602 TOURNAI. 0475 89 46 15 - 067 34 04 48. prana@pranacenter.eu

[S] [Na] Formation au massage des pieds Kansu. 20/1. 10h - 16h30. A la portée de tous, permet une détente complète du corps à partir d'un massage tradit. des pieds, à l'aide des mains & du bol Kansu. Basé sur les doshas. Michel Van Breusegem, massothérapeute. Centre Prana. 5030 GEMBLOUX. 0475 89 46 15 - 067 34 04 48. prana@pranacenter.eu

[S] [Bx] Massage - Amma assis. 21/1 et 7/2. 9h30 - 17h30. Apprendre les mouvements et donner un massage complet. Ambiance conviviale et un max de pratique (2 journées). Bernard Hermans. L'atelier du massage. 1190 BRUXELLES. 02 242 46 02. bernardmassage@versateladsl.be

[S] [Bx] Massage Sensitif Camilli®; 24/1 au 25/1. 14h - 17h30. Détente, relaxation, atmosphère conviviale. Apprentissage technique à la portée de tous. Descriptif

de la formation complète sur demande. Patrick Lennertz, somato-psychothérapeute et formateur. INFOMECA. 1180 UCCLE. 0475 681 013. patricklennertz@ hotmail.com

[S] [Bx] Massage professionnel. 26/1, 9/2, 16/2, 2, 9, et 16/3. 10h - 17h30. Formation pour préparer à l'examen du jury central pour obtenir le diplôme officiel de masseur du Ministère. Joël Libert, formateur en massage. Centre Sportif de la Forêt de Soignes. 1160 BRUXELLES. 0498 733 184.

[F] [Bx] Formation en massothérapie. 27/1. 9h. - 13h. Formation prof. théorique et pratique certifiée en 12 modules espacés de 2 à 4 semaines. Pour 2 personnes. Elisabeth Crousse, formatrice et massothérapeute. Centre Caprifolium. 1160 Bruxelles. 02 662 26 67 - 0485 40 10 24. elisabethcrousse@hotmail. com - www caprifolium be

[S] [Bx] Massage crânien de trad. indienne. 28/1. 10h - 16h30. A la portée de tous, ce massage tradit.se reçoit assis, habillé, sans huile. Diminue stress & tensions musc. A proposer en famille, au bureau, en Institut. Michel Van Breusegem, massothérapeute. Aimer Apprendre. 1180 BRUXEL-LES. 0475 894 615 - 067 34 04 48. prana@pranacenter.eu

[S] [Bx] Relaxation Coréenne. 30-31/1. 10h - 18h. Relaxation ancestrale qui vous mène au bienêtre par un jeu d'étirements, de petites secousses et de vibrations douces. Détente garantie. Patrick Defauw, masseur, ostéo douce et Claudia Ucros, psychologue, thérapeute. L'Espace en Nous asbl. Salle Polyvalente des Venelles. 1150 WOLUWE SAINT PIER-RE. 0474 709 452 - 0479 339 433. info@espace-en-nous.be

[S] [Bw] Massage Assis (Amma Japonais). 31/1 au 1/2. 9h30 - 17h30. Massage shiatsu de 15 minutes, souvent pratiqué en entreprise. Eric Van De Goor. Atlantide asbl. 1380 LASNE. 02 633 12 66. info@atlantideasbl.org

[S] [Ha] Initiation au massage harmonisant. 31/1 et 1/2. 9h30 - 18h30. Apprenez les gestes justes d'un massage relaxant aux huiles chaudes, dans le plus grand respect de la personne massée. Claude Van Wymeersch. Centre Mons Bien-Etre. 7000 MONS. 0478 253 401. cvw38@hotmail.com

[S] [Bx] Formation massage Ayurvédique. 31/1 et 1/2. Module 1. Le massage tel qu'il se pratique en Inde. Apprendre le massage purifiant et relaxant complet avec des huiles ayurvédiques, notions de base de l'Ayurvéda. Isabelle Van Wallendael, praticienne et formatrice en Ayurvéda. 1180 BRUXELLES. 0497 318 171. www.ayurveda-chikitsa.be

[S] [Bx] Massage oriental douceur du monde. 7 au 9/2. Méthode visage et crâne. Dominique Jacquemay, diplômée en Médecine traditionnelle chinoise. 1050 BRUXELLES. 0473 449 719. www.lympho-energie.com

Médecines Alternatives

[S] [Bx] Garder le moral en hiver. 11/12. 18h45. France Guillain. Nicole Jadot. Centre de Formation du Chant d'OISEAU. 1150 BRUXELLES. 02 770 22 43 - 0477 485 579. nicole.jadot@skynet.be

[S] [Bx] Autour de la naissance, maman, bébé. 12/12. 18h45. Comment prendre soin de vous. France Guillain. Nicole Jadot. Centre de Formation du Chant d'OISEAU. 1150 BRUXELLES. 02 770 22 43 - 0477 485 579. nicole.jadot@skynet.be

[S] [Ha] Profitons sans problème de l'Hiver. 16/1 et 23/1 ou 17/1. L'aromathérapie, la florathérapie et l'herboristerie nous aideront contre la fatigue et contre les refroidissements. Vert, le bien-être. 6250 AISEAU. 0494 540378. lacroix.myriam@hotmail.com

Méditation

[R] [Lg] Voyage intérieur et méditation. 11/12. 19h - 20h30. Atelier à thèmes en trois temps : exploration du sujet à travers diférents exercices de conscience, ancrage, méditation, bain sonore et partage. Nathalie Grosjean. Espace Ressourcement. 4000 LIEGE. 0486 640 943. nathalie. grosjean@isosl.be

[R] [Bw] Méditation Lumière et Qi gong. 12/12. 10h - 11h. Les vendredis. Et tous les lundis de 14h à 15h. Travail de pénétration de la Lumière et de circulation du qi pour accueillir l'énergie divine et réaliser l'Unité du corps, de l'esprit et de l'âme. Joëlle Le Vourch, énergéticienne spirituelle. Espace Phoenix. 1495 VILLERS-LA-VILLE. 071 88 70 41. espace-phoenix@scarlet.be-www.espace-phoenix.be

[S] [Na] Journée de méditation Vipassana. 14/12 et 11/1. Tradition Mahasi (Birmanie). Alternance de l'assise et de la marche. Marie-Cécile Forget, enseignan-

Créer ma naissance, naître à ma création



Clarifiez votre projet de vie : un atelier de 9 mois pour explorer et célébrer votre naissance, votre création Approche créative, psycho-corporelle et chamanique

Atelier de sensibilisation : Corps et âme je suis né(e) 17-18 janvier 2009

Animé par Nicole Bernard & Sander Kirsch Psychotherapeutes et praticiens chamaniques confirmés

Renseignements – inscriptions : N. Bernard tél : 02 660 30 68 nicole.bernard@scarlet.be

te de méditation. Dhamma Group. Centre Dhammaramsi. 5170 RI-VIERE. 0474 590 021.

[R] [Bx] Cercle de Lumière et de Fraternité. 15/12. 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. The Bridge of Singing Light. 1190 BRUXELLES. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

[R] [Lg] Méditation et respiration. 15/12. 19h30 - 21h. Les lundis. La méditation est un travail sur soi, une démarche personnelle d'introspection sans aucun support idéologique ni mystique. Yves Wers. L'élémen'Terre. 4601 ARGENTEAU. 04 379 53 58. lelementerre@skynet.be

[S] [Bx] Méditation avec thème. 18/12. 18h30 - 20h. S'exercer à la méditation avec une prise de conscience de son corps et des exercices guidés peut être une aide pour approfondir son propre chemin. **Donatienne Cassiers.** Voies de l'Orient. Rue du Midi 69. 1000 BRUXELLES. 02 511 79 60. info@voiesorient.be

[S] [Na] Retraite intensive de méditation Vipassana. 26/12 au 3/1. Tradition Mahasi (Birmanie). Alternance de l'assise et de la marche. Ouvert à tous. Vénérable U Pannasami, du centre Saraniya de Manchester. Dhamma Group. Centre Dhammaramsi. 5170 RIVIERE. 0474 590 021.

[S] [FI] Réveillon de nouvel an. 31/12. 18h - 0h. Méditation au Béguinage de Bruges puis promenade sur la plage d'Ostende avec méditation et rituel. Joël Libert, formateur en psycho-énergie. Timotheus-Intuition Asbl. 8000 BRUGES. 0498 73 31 84. info@timotheus-intuition.be

[S] [Na] Méditation cachemirienne. 3-4/1/2009. 9h30 - 17h30. Deux jours consacrés à l'exploration du tantrisme cachemirien. Annie Trimouillat, disciple de Daniel Odier depuis 12 ans. Inside. 5590 LEIGNON. 083 21 56 32. info@apprivoiser.be

[R] [Lg] Voyage intérieur et méditation. 8 et 22/1. 19h - 20h30.

Atelier à thèmes en 3 temps : exploration du sujet à travers différents exercices de conscience, ancrage, méditation, bain sonore et partage. Nathalie Grosjean. Espace Ressourcement. 4000 LIÈGE. 0486 640 943.

[S] [Lg] Méditation Vipassana. 9, 16, 23 et 30/1. 19h - 20h30. Cycle de 4 vendredis consécutifs d'introduction à la méditation Vipassana : une 1/2 heure assise, une 1/2 heure de questions/ réponses, une 1/2 heure de théorie. Ouvert à tous. Marie-Cécile Forget, enseignante. Christine Vieujean. 4000 LIÈGE. 0498 192 621. christinevieujean@hotmail.

[S] [Lg] Les 4 matrices du monde. 10/1. 13h - 15h. Méditation guidée inspirée du mythe d'émersion des indiens pueblo d'Amérique du Nord qui raconte que les ancêtres émergèrent de la terre... Martine Struzik, formatrice en psycho-énergie. Timotheus Intuition. 4000 LIÈGE. 0493 776 515. info@timotheus-intuition.be

[S] [Bx] Pratiques taoïstes de Mantak Chia. 10 et 11/1. 10h - 16h. Sourire intérieur, 6 sons curatifs, Qi Gong, Orbite Microcosmique. Transformez votre stress en vitalité, retrouvez votre paix intérieure et énergie! Emmanuel Lambrakis, Christine Harkness-giles. Au bon Pasteur. 1150 BRUXELLES. 0496 449 570. christine@riedthewind.org - www.wholedimension.org

[R] [Bx] Pleine Lune et Chants de mantras à la Mère Divine. 11/1 et 9/2. 19h30 - 21h30. Accompagnés par le son du tambour, des bols tibétains et de cristal. Rituel des 5 éléments et... Silence. Gwendoline De Wolffs, formée en sons thérapeutiques et sacrés. Mamita. 1170 Bxl. 02 660 67 71. gwendoline_13@hotmail.com

[R] [Bx] Altitudes Sons, Mantras et Bols Tibétains. 17/1 et 1/2. 10h - 12h. Re-découvrir en soi, la vibration sacrée à travers le chant des mantras, les mudras, le japa (mantra silencieux) et l'écoute du son des bols tibétains. Gwendoline De Wolffs, formée en sons thérapeutiques et sacrés. Mamita. 1170 BRUXELLES. 02 660 67 71. gwendoline_13@hot-

mail.com

[R] [Bx] Cercle de Lumière et de Fraternité. 19/1. 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. The Bridge of Singing Light. 1190 BRUXELLES. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

[S] [Na] WE intensif de méditation Vipassana. 23 au 25/1. Tradition Mahasi (Birmanie). Alternance de l'assise et de la marche. Marie-Cécile Forget, enseignante de méditation. Dhamma Group. Centre Dhammaramsi. 5170 RI-VIERE. 0474 590 021 - 016 23 36 85

[S] [Bw] Méditation & peinture du Pinceau Découverte. 26/1. 9h30 - 16h. Méditer, se centrer, trouver son havre de paix intérieure et, ds le plaisir d'être et le lacher-prise, peindre ce qui vient sur sa toile (techn au choix). Simone Odaert. 1300 WAVRE. 010 40 13 51 - 0478 628 397. ruelle.odaert@skvnet.be

[S] [Bx] Retrouver paix et silence en soi. 31/1 et 1/2. 10h - 18h. Pratique de méditation assise en zazen, pour nous guider sur le chemin de l'éveil à soi. Massages, conseils personnels, pratiques psycho-physiques. Marc De Smedt, journaliste, a suivi onze ans durant le Maître T. Deshimaru. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[R] [Bw] Altitudes sons, mantras et bols tibétains; 14/2. 10h - 12h. Re-découvrir en soi, la vibration sacrée à travers le chant des mantras, les mudras, le japa (mantra silencieux), le son des bols tibétains. **Gwendoline De Wolffs**, formée en sons thérapeutiques et sacrés. Centre Magenta. 1470 BAISY-THY. 02 660 67 71. qwendoline 13@hotmail.com

Méthode de Libération des Cuirasses - MLC®

[R] [Bx] Méthode de Libération des Cuirasses. 15/12 et 12/1 et 15/1. 19h45. 3 séances d'exploration MLC. Pour une rencontre en douceur avec son corps et

avec soi-même. France Angélique Guldix, praticienne MLC .Centre Communautaire du Chant d'Oiseau. 1150 BRUXELLES. 0479 505 184.

[R] [Bx] Méthode de Libération des Cuirasses MLC 19/1 au 6/4. 20h15 - 22h. Nouveau cycle 10 x : fluidifier le corps, assouplir le mental, libérer l'énergie de vie. Mouvements doux et profonds. Christine Lambert, formée par Marie-Lise Labonté MLC / I.T. 1200 BRUXELLES. 0494 475 713. chrislambrosi@yahoo.fr

[R] [Bx] MLC, Méthode de Libération des Cuirasses. 23/1 au 27/3. 12h - 13h15. Cycle de 9 séances collectives le vendredi à 12h00. 1ère séance : découverte. Mouvements corporels basés sur le ressenti vers une libération de l'être. Elisabeth Crousse, praticienne diplômée en MLC. Centre communautaire du Chant d'Oiseau. 1150 BRUXELLES. 02 662 26 67 - 0485 401 024. elisabethcrousse@hotmail.com - www.caprifolium.be

Méthodes de Communication

[S] [Bx] Groupe de parole pour parents d'enfants différents. 11, 18/12, 8, 15, 22 et 29/1. 19h30 - 21h30. Offrez-vous ce temps pour vous! Venez vous ressourcer et échanger sur vos diverses expériences du quotidien. Marie-Christine Parret, superviseur, spécialiste RH. Dolphin Reviv'l. 1170 BRUXEL-LES. 0499 176 795. dolphinre-vival@skynet.be

[S] [FI] Le stress, un bon compagnon pr soi-même. 27-30/12. 10h - 17h. Trouver les outils nécessaires et améliorer ma productivité et créativité dans une meilleure communication. Travail corporel et relationnel. Benoît et Christianne Istace-mélot, eutonipédagogue, gestion du stress. Hotel Royal. 8400 OSTENDE. 087 22 68 62 - 0472 742 733. c.istace@easystress.be - www. istace.com

Méthodes Psycho-corpo relles et Energétiques

[R] [Bx] Groupe mensuel de psychothérapie corporelle. 15/12. 18h30 - 22h. Groupe mensuel d'évolution personnelle et de psychothérapie corporelle par le Massage Massage Sensitif Camilli®. Travail en douceur ouvert à tous. Patrick Lennertz, somatopsychothérapeute, conseiller conjugal. Infoméca. 1180 UCCLE. 0475 681 013. patricklennertz@hotmail.com

[R] [Na] Groupe mensuel de psychothérapie corporelle. 17/12. 18h30 - 22h. Groupe mensuel d'évolution personnelle et de psychothérapie corporelle par le Massage Massage Sensitif Camilli®. Travail en douceur ouvert à tous. Patrick Lennertz, somatopsychothérapeute, conseiller conjugal. Infoméca. 6700 ARLON. 0475 681 013. patricklennertz@hotmail.com

[S] [Bw] Anti-gymnastique® Thérèse Bertherat. 20/12. 13h30 - 16h30. Ouvert à tous : une demi journée pour un voyage dans notre corps, apprendre à vivre pleinement nos émotions, enrichir son répertoire corporel. Françoise Bastien, Pascale Huybens, praticiennes d'A.G. formée par T.Bertherat. Les Sabots du Ponceau. 1360 THOREMBAIS-SAINT-TROND . 0477 511 885 - 0497 416 282 . bastien_fran@ hotmail.com

[R] [Bx] Images de Transformation (I.T.). 20/12. 16h45 - 18h. Relaxation et Visualisation Exploration guidée où chacun(e) rencontre son espace intérieur de ressourcement. Christine Lambert, formée par ML Labonté en Images de Transformation. La Grotte de Sel. 1040 BRUXEL-LES. 0494 475 713. chrislambrosi@yahoo.fr

[R] [Bw] Atelier Anti-gymnastique® Thérèse Bertherat. 6/1 (18h - 19h30) ou 7/1 (9h30-11h) Atelier hebdomadaire, nouvelle session en janvier : un voyage dans notre corps, apprendre à vivre pleinement nos émotions, enrichir son répertoire corporel. Françoise Bastien, praticienne d'AG formée par T.Bertherat. Les Sabots du Ponceau. 1360 THOREMBAIS-SAINT-TROND . 0477 511 885. bastien_fran@ hotmail.com

[S] [Bw] Corps et rythme - miroirs de l'Etre. 10-11/1. 10h - 18h. Nous tenterons la cohabitation des antagonismes : confrontation, tolérance ou imbrication créatrice de ces opposés, polyrythmie mouvante du vivant. Arnould Massart, pianiste et compositeur, enseigne le rythme et Alain d'Ursel, formé chez Jacques Lecoq (Paris), enseigne à l'Ecole Int Lassaad (Bxl). Tetra. Atlantide. 1380 LASNE. 02 771 28 81. resa@ tetra-asbl.be

[R] [Bx] Groupe mensuel de psychothérapie corporelle 12/1 et 9/2.18h30 - 22h. Groupe mensuel d'évolution personnelle et de psychothérapie corporelle par le Massage Massage Sensitif Camilli®. Travail en douceur ouvert à tous. Patrick Lennertz, somato-psychothérapeute et formateur. Infoméca. 1180 UCCLE. 0475 681 013. patricklennertz@ hotmail.com

[R] [Na] Groupe mensuel de psychothérapie corporelle. 14/1. 18h30 - 22h. Groupe mensuel d'évolution personnelle et de psychothérapie corporelle par le Massage Massage Sensitif Camilli®. Travail en douceur ouvert à tous. Patrick Lennertz, somatopsychothérapeute, conseiller conjugal. Infoméca. 6700 ARLON. 0475 68 10 13. patricklennertz@hotmail.com

Musicothérapie & Travail avec les sons

[S] [Bf] Initiation: jouer au Didgeridoo. 13/12 et 7/2. 10h - 16h. Pour découvrir le didgeridoo, produire un son et le maintenir avec la respiration circulaire. Karel Vandersloten. Merlyn & asbl Ainur. 1730 ASSE. 02 452 88 04. info@merlyn.be

[S] [Lg] Formation aux massages de sons. 6 ou 31/1. 10h. Apprentissage des bols chantants, bâtons de pluie, baguettes, clochettes... Harmonisation et relaxation par les vibrations. Fanou Renier. 4000 LIÈGE. 04 250 47 42 - 0476 36 18 38. francefanou@yahoo.fr

Musique

[R] [Bx] Musique spontanée

et improvisation en groupe. 10/12. 19h30 - 21h30. Un mercredi par mois. Découvrez le plaisir de jouer avec les sons et les rythmes, avec ou sans expérience musicale préalable. Instruments mis à dispo. Fabrice George, musicien, initié aux pratiques d'éveil par le mouvement, la voix et la musique. L'Espace Tribal. 1210 BRUXEL-LES. 0497 906 539. sessions. tribales@yahoo.fr

Naturopathie

[S] [Bx] Nutrition. 24, 25/1, 1/2, 10/5 et 7/6. 9h30 - 18h. Un cours de nutrition basé sur la physiologie cellulaire. Les bases d'une alimentation saine et vivante. Caroline Bertrumé, naturopathe, iridologue. Ecole de Santé Holistique. 1070 BRUXELLES-ANDERLECHT. 02 520 28 25. info@sante-holistique.org

Nouveaux courants spirituels

[S] [Lg] Journée de la Flamme violette. 12/12. 10h - 18h. Isabelle Saint Germain. Arcanes de la Connaissance. 4000 LIEGE. 04 222 19 17. www.arcanesdelaconnaissance.be

[S] [Lg] Les spécialistes cosmiques. 13 au 15/12. Comment traiter les souffrances du corps avec les Êtres de lumière dans l'Amour Divin. Isabelle Saint Germain. Arcanes de la Connaissance. 4000 LIEGE. 04 222 19 17. www.arcanesdelaconnaissance.be

[S] [Lg] Harmonisation des lieux. 17/12. 10h - 18h. Isabelle Saint Germain. Arcanes de la Connaissance. 4000 LIEGE. 04 222 19 17. www.arcanesdelaconnaissance be

Nutrithérapie

[S] [Bx] Révélations sur les graisses. 24/1. Séminaire de gastronomie diététique. Approche inédite, théorique et pratique de l'alimentation naturelle. Alain Mahieu, nutritionniste. Efelia Asbl. 1150 BRUXELLES. 02 673 87 32.

Présence à soi

[S] [Ha] Mouvement d'éveil au présent. 12, 13, 14/12 et 16, 17, 18/1. Entre la danse et le théâtre, une retrouvaille avec son corps pour une expression authentique. Stéphane Avenel, comédien et danseur. L'espace de l'instant. 6536 THUILLIES (Charl.). 081 51 25 14.

Psychologie Transgénérationnelle

[S] [Na] Psychogénéalogie: la logique familiale. 10/1. 15h - 16h. Séance d'infos concernant l'atelier de développement personnel en 7 étapes de janvier à juin: comprendre le mécanisme de notre système familial. Martine Eleonor, conceptrice de l'atelier de développement personnel par la psychogénéalogie. Expression asbl. 5030 GEMBLOUX. 081 61 52 81. www.expression-cea.be

Psychanalyse corporelle®

[S] [Ha] Session de psychanalyse corporelle. 26-28/12, 26-30/12, 23-25/1 ou 23-27/1. 10h - 17h. Session de 3 à 5 jours : revivre son passé par le biais du corps, sans interprétation, se réconcilier avec son histoire pour améliorer son présent. Catherine Berte, docteur en Sciences, psychanalyste Corporelle. 7951 TON-GRE-NOTRE-DAME. 0494 44 63 51. catherineberte@swing.be

Qi-Gong

[R] [Bx] Pratique du Qi Gong. 10/12. Tous les mercredis de 19h à 20h et tous les mardis de 10h à 11h. L'école de Qi Gong de la Voie Céleste. 1120 BRUXELLES. 0473 809 468. lavoieceleste@yahoo.fr

[R] [Bw] Qi gong et gymnastique taoïste. 11/12. 14h - 15h. Les jeudis. Pratiques énergétiques de transformation du souffle et circulation du qi à travers les méridiens. Assouplissement du corps par relâchement conscient. Joëlle Le Vourch, professeur. Académie Siming Asbl. Salle des Aratiaux Hall des Sports. 1300 LIMAL. 071 88 70 41. joel-le.levourch@scarlet.be

[S] [Bx] Stage de Wu Dang Qi Gong. 13 au 14/12. Méthode de Qi Gong taoïste du Mont Wu Dang. Bruno Rogissart. Institut traditionnel d'enseignement du Qi Gong. Maison Notre Dame du Chant d'oiseau. 1150 BRUXEL-LES. 00 33 324 403 052. bruno. rogissart@wanadoo.fr

[R] [Bx] Taijiwuxigong. 15/12. 20h15. Tous les lundis. Il permet de retrouver l'équilibre et d'éliminer les tensions par le mouvement spontané et l'activation du Dantian (centre d'énergie). Master Shen Jin, maître de Taiji Wuxigong. Ecole St Michel. 1200 BRUXELLES. 03 281 05 32 - 0477 221 444.

[F] [Bx] Qi Gong - Cours de Médecine chinoise. 10/1. 9h - 17h30. Cours de formation en Qi Gong thérapeutique pour débutants. Se donne chaque mois. Marcel Delcroix, président Fédé Belge de Qi Gong. Ecole de Qi Gong Asbl. Centre Communautaire du Chant d'Oiseau. 1150 BRUXELLES. 0475 334 148.

[R] [Lg] Qi Gong. 13/1. Chaque mardi soir de 18h30 à 19h30 et de 19h30 à 20h30. Exercices de base du Qi Gong thérapeutique. Marcel Delcroix, président Fédé Belge de Qi Gong. Ecole de Qi Gong Asbl. Le Chemin Vert. 4000 LIEGE. 0475 334 148.

[R] [Bx] Qi Gong. 14/1. Chaque mercredi soir de 18 à 19h et de 19 à 20h. Exercices de base du Qi Gong thérapeutique. Marcel Delcroix, président Fédé Belge de Qi Gong. Ecole de Qi Gong Asbl. Centre Crousse. 1150 BRUXEL-LES. 0475 334 148.

[R] [Na] Qi Gong. 15/1. Chaque jeudi soir de 18 à 19h et de 19 à 20h. Exercices de base du Qi Gong thérapeutique. Marcel Delcroix, président Fédé belge de Qi Gong. Ecole de Qi Gong Asbl. 5000 NAMUR. 0475 334 148.

[S] [Bx] Stage de Taiji Qi Gong
17- 18/1. 14h - 12h. Enseignement de la méthode des taiji qi
gong en 12 exercices - au rythme
du Yin et du Yang et des mouvements en spirales. Bruno Rogissart, directeur technique. Inst.
traditionnel d'enseignement du
Qi Gong Bruxelles. Maison Notre
Dame du Chant d'oiseau. 1150

BRUXELLES. 00 33 324 403 052. bruno.rogissart@wanadoo.fr

Radiesthésie

[S] [Ha] Le pendule pour tous. 24/1. 9h30 - 18h. Sans aucune connaissance préalable, apprendre à l'aide de règles efficaces, en une journée la radiesthésie pour l'appliquer aux domaines de son choix. Baudouin Labrique, bioénergéticien et géobiothérapeute. RetrouverSonNord. Centre La Charmeraie. 7380 BAISIEUX. 071 847071. info@retrouversonnord.be

[S] [Ha] Le pendule pour tous. 25/1. 9h30 - 18h. Sans aucune connaissance préalable, apprendre, à l'aide de règles efficaces, en une journée la radiesthésie pour l'appliquer aux domaines de son choix. Baudouin Labrique, bioénergéticien et géobiothérapeute. Centre Retrouver son Nord. 6140 FONTAINE-L'EVÊQUE. 071 84 70 71. info@retrouversonnord.be

Rebirth

[F] [Bx] Formation en Rebirth/
Respiration Consciente. 18/1.
9h - 18h. Apprendre à utiliser la respiration comme le plus rapide et puissant outil de transformation. Philippe Wyckmans, psychothérapeute. 1180 BRUXEL-LES. 0476799409. respiration@conscienceauquotidien.com http://conscienceauquotidien.com

[S] [Lg] Connaître ses peurs et ses blessures du passé 7-8/2. 10h - 18h. Pour s'adoucir à soi m'Aime et bien vivre le présent. Se connaître pour Se re-connaître avec le rebirth. Espace Equilibre. Institut Notre Dame. 4802 HEU-SY. 087 22 97 87. am@espace-equilibre.com

Réflexologie

[F] [Bx] Réflexologie. 13 et 14/12. Réflexothérapie. Méthode Corman. Devenez praticien(ne), réflexothérapeute : massages réflexes des pieds (+ mains + tête). Formation brève. (Possibité certification). Nelly Corman, thérapeute et formatrice. 1170 BRUXELLES. 02 673 62 11.

[F] [Ha] Formation à la réflexo-

logie plantaire. 13/12 ou 11/1. 9h - 12h. Formation théorique et pratique en 10 cours. Apprenez à localiser les zones réflexes des pieds. Janique Merlevede, réflexothérapeute. 6000 CHARLE-ROI. 0474 304 844.

[S] [Bw] Init. réflexo. plantaire et importance du toucher. 24- 25/1. 10h - 18h. Découverte théorique et pratique des points réflexes des pieds. Prise de conscience de l'importance du toucher, de la présence à soi et aux autres. Marc Watelet, Pascale Malice, réflexogues et formateurs. 1350 JANDRAIN. 019 63 57 64 - 0497 94 86 11. marcwatelet@skynet.be

[F] [Bx] Formation en réflexologie plantaire. 5/2. 9h - 13h. Formation de base (anatomie, théorie et pratique) certifiée en 10 modules espacés. Petits groupes de 4 personnes. Elisabeth Crousse, formatrice et réflexologue. Centre Caprifolium. 1160 Bruxelles AUDERGHEM. 02 662 26 67 - 0485 401 024. elisabethcrousse@hotmail.com - www.caprifolium.be

Reiki

[S] [Lg] Cours de pratique du Reîki Cristal. 11 et 18/12 ou 17 et 31/1. A la fois du Reîki et des soins par les pierres, cette technique d'imposition des mains et de symboles est à la portée de tous! Fanou Renier, formatrice harmonisation Reîki et couleurs. 4000 LIÈGE. 04 250 47 42 - 0476 361 838. francefanou@yahoo.fr

[S] [Bx] Initiations au 2 ème degré Reiki Usui. 13 et 14/12. 10h - 18h. Utiliser l'Energie de Vie et d'Amour en toute conscience, en apprenant à diriger son intention dans le respect de l'autre. Christian Poignard, maître-enseignant Reiki, formateur, praticien en relation d'aide. 1200 BRUXELLES. 0475 768 739. christianpoignard@yahoo.fr

[S] [Lg] Reiki-Usui Initiation 1er Niveau (Shoden). 13 -14/12 et 31/1-1/2. 9h - 17h30. Ce stage complet se déroule sur 2 WE 1/2. Les prochaines dates se décideront lors du 1er WE. **Gérald Sundermann**, maître en Reiki. Centre Ananda. 4351 HODEIGE. 0486 863 839. centre-ananda@ skynet.be

[S] [Bw] Initiation au Reiki-Verseau - Niveau 2. 13-14/12 ou 31/1-1/2. 10h - 17h30. Formation destinée aux thérapeutes énergétiques. Durée : 2 jours en WE. Max 6 pers. René Dumonceau, initiateur du Reiki Verseau, lithothérapeute et maitre-enseignant reiki Usui & Shamballa. ASBL Coaching Création. 1410 WATERLOO. 0477 193 230 - 0475 618 542. rene_dumonceau@hotmail.com

[S] [Na] Reiki 1er degré. 13 et 14/12. 9h30 - 17h30. Initiation à cette technique de bien-être, de guérison et d'évolution. Tout en donnant, vous développez l'intuition, la confiance et l'empathie. Claire Dekoster, maître reiki et psychothérapeute. 6890 OCHAMPS. 061 41 11 38 - 0499 370 997. dekosterannemarie@ yahoo.fr

[S] [Na] Ateliers mensuels de Reiki. 17/12, 21/1, 18/2, 18/3, 15/4 et 27/5. 19h - 22h. S'adresse aux initiés Reiki qui souhaitent se retrouver pour un moment de partage et d'échange convivial et aux non-initiés pour découvrir le reiki. Geneviève Bourlon, maître Reiki. Ferme de Vévy Wéron. 5100 WÉPION. 0473 665 048.

[S] [Ha] 2ème niveau de Reiki. 18-19/12. 9h - 17h. Une nouvelle impulsion d'énergie qui accroît notre évolution. Symboles pour travailler de façon plus profonde et plus complète et à distance. Cécile Hancart, enseignante de Reiki. L'Hêtre d'Or Asbl. 6001 CHARLEROI. 071 43 55 53. hetredor@skynet.be

[S] [Ha] Reiki Usui niveau 1. 22/12 ou 19/1. 9h - 17h. Découvrez comment canaliser l'énergie Reiki afin de l'utiliser pour vous, vos proches, les animaux et les plantes. Janique Merlevede, maître Reiki. 6000 CHARLEROI. 0474 304844.

[R] [Bx] Reiki Usui & MTC & 5 Saisons. 22, 23/12, 12 et 13/1. Mettre le corps, l'âme, l'esprit en étroite symbiose avec les énergies associées aux saisons par des soins préventifs qui associent Reiki Usui et MTC. Katy Lakatos, astrologue, numéroloque humaniste, maître enseignante Reiki Usui-Kundalini, D'Or & MTC. Kâ LaKadosch.asbl. 1060 BRUXEL-LES. 02 537 17 34. katy_lakatos@yahoo.fr - www.ka-lakadosch.com

[S] [Ha] Reiki Usui niveau 2. 13/1 ou 4/2. 9h - 17h. Pour découvrir des symboles et d'autres manières d'utiliser le Reiki. Janique Merlevede, maître Reiki. 6000 CHARLEROI. 0474 304 844.

[S] [Bw] Initiation au Reiki Verseau - Niveau 1. 17, 8/1, 14 ou 15/2. 10h - 17h30. Formation destinée aux débutants. Equivaut aux niveaux 1 & 2 du reiki Usui. René Dumonceau, initiateur du Reiki Verseau et maitre-enseignant reiki Usui. ASBL Coaching Création. 1410 WATERLOO. 0477 193 230 - 0475 618 542. rene_dumonceau@hotmail.com

[S] [Na] Initiation au Reiki Usui Niveau 1. 30/1. 9h30 - 17h30. Apprendre à canaliser cette énergie de guérison et l'utiliser sur soi et les autres. Astrid Bernaers, maître Reiki. Centre Amethyste. 5310 EGHEZEE. 0474 503141. amethyst.cent@gmail.com

[S] [Na] Reiki 2ème niveau. 31/1 et 1/2. 9h30 - 17h30. Apprendre à utiliser les symboles afin de perfectionner vos séances. Travailler à distances, sur des événements pénibles du passé et programmer le futur. Claire Dekoster, maître Reiki et psychothérapeute. 6890 OCHAMPS. 061 41 11 38 - 0499 370 997. dekosterannemarie@yahoo.fr

Relation d'aide

[R] [Bw] Vivre après un deuil. 12/12. 10h - 12h. Tous les vendredis. Suite à la perte d'un enfant, transformer le pire en meilleux Moment de créativité, d'écoute, d'expression. Libèrez la souffrance. Osez vivre et aimer. Catherine Dancart, accompagnatrice du deuil, aide aux parents. Sainte Mère A L. 1331 ROSIÈRES 0493 217 885 - 0472 997 836. catherine dancart@hotmail.com

Relaxation

[S] [Et] Cure de relaxation dans le midi. 8-13/12, 2-7/1 et 7-12/1. 9h30 - 16h. Avec massage.

conversations, méditations, randonnées en Drôme provençale, en bordure montagnes et forêt. Françoise Griffet, thérapeute en énergétique intégrative. Griffet Management Sprl. Centre BeSun. F-26220 DIEULEFIT. France. 00 33 475 01 05 86 - 0477 462 221. fr.griffet@gmail.com

Relooking

[S] [Bx] Maquillage naturel. 12, 19, 26/12, 9, 23 ou 30/1. 19h. Leçons pour débutantes : quels gestes et astuces pour une mise en beauté naturelle. C'est facile de se faire belle avec un minimum de produits. Josette (Jo) Charlier, conseillère en Image Personnelle. 1180 BRUXELLES. 0476 60 84 81. charlierjosette@hotmail.com

[S] [Bx] Relooking - atelier couleurs. 13/12 ou 17 ou 31/1.13h. Choisir la couleur qui vous va : une technique simple et infaillible pour un bien-être immédiat. Josette (Jo) Charlier, conseillée en Image Personnelle. 1180 BRUXELLES. 0476 608 481. charlieriosette@hotmail.com

Respiration et Développement Personnel

[R] [Bx] Respirez...! Donnez du Souffle à votre Vie ! 16/12. 19h30 - 22h. 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. Marie-Anne Drisch, praticienne du Souffle de Vie/Transformational Breathing. Aimer Apprendre. 1180 BRUXEL-LES. 0476 768 213.

[R] [Bx] Soufflez.... Respirez! 19/12 ou 16/1. 20h - 22h. Introduction, bases et explications d'une respiration consciente, suivie d'une séance de respiration. Philippe Wyckmans, psychothérapeute. 1180 BRUXEL-LES. 0476 799 409. philippe@conscienceauquotidien.com

Sexologie

[S] [Bx] Journée Découverte de sa sexualité. 7/12, 11/1, 15/3, 10/5 ou 14/6. 10h - 17h. Pour nous amener à nous interroger et à découvrir nos propres désirs, notre plaisir et notre sexualité profonde. **Fabienne Dragonetti**, praticienne en Tantra. Le Parfum des Couleurs. 1160 AUDERGHEM. 0473 452381. leparfumdescouleurs@skynet.be

Spiritualité

[S] [Bx] Apprendre à s'aimer. 13-4/12. 10h - 18h. Mieux découvrir l'être merveilleux qui sommeille en nous. Oser affirmer notre beauté intérieure, nous libérer et accueillir la plénitude de vie. Pierre Pradervand, sociologue engagé pour la création d'un monde plus juste. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S] [Bx] Déesse-Dieu et moi. 18/12. 20h - 22h. Comment pratiquons-nous nos croyances pour créer notre vie ? D'après «Conversations avec Dieu» et «Les 7 lois spirituelles du succès» (Deepak Chopra). François Mullenders. Terre Essentielle. Univer2Mains. 1160 BRUXELLES. 0485 203 392. terre.essentielle@gmail.com

Tai-Ji-Quan

[R] [Bx] Cours de Taijiquan. 9/12 et mardis suivants. 19h - 20h15. Art de vie et de santé permettant une meilleure gestion du stress quotidien. Art du mouvement. Georgette Methens-renard, 4ème Duan en Taijiquan. C.A.P. asbl. Centre Sportif Collège St Pierre. 1180 UCCLE. 065 84 63 64. info@taijiquan.be - http://www.taijiquan.be

[R] [Bx] Cours de Taijiquan. 11/12 et jeudis suivants. 19h - 20h30. Art de vie et de santé permettant une meilleure gestion du stress quotidien. Luc Vekens. C.A.P. asbl. Collège St Pierre. 1090 JETTE. 065 84 63 64. info@taijiquan.be - http://www.taijiquan.be

[S] [Ha] Modules de perfectionnement en Taijiquan. 13/12 au 21/6. 10h - 16h30. Formes des 40 postures Yang et 46 postures Wu Hao, bases, neigong. Module de 8 jours répartis sur l'année. C.A.P. asbl. Abbaye de St Denis. 7000 MONS. 065 84 63 64. info@taijiquan.be - http://www.taijiquan.be

[R] [Ha] Cours de Taijiquan. A

+ sur <u>www.agendaplus.be</u>!

partir du 15/12. 19h - 20h30. Tous les lundis. Art de vie et de santé permettant une meilleure gestion du stress quotidien. **Georgette Methens-renard**, 4ème Duan en Taijiquan. C.A.P. asbl. Haute Ecole de Kinésithérapie. 7500 TOUR-NAI. 065 84 63 64. info@taijiquan.be - http://www.taijiquan.be

[R] [Bw] Taiji quan style yang. 16/12. 18h30 - 20h. Les mardis. Art martial interne chinois de santé et bien être. Forme courte à mains nues, bâton et épée de Wudang. Joëlle Le Vourch, professeur. Académie Siming Asbl. Ecole communale de Marbais. 1495 VILLERS LA VILLE. 071 88 70 41. joelle.levourch@scarlet.be

Tantra

[R] [Bx] Séances de Tantrisme personnalisées. 1/12 au 28/2. 11h30 - 22h. Séances de tantrisme selon le rituel traditionnel indien. Ecole Belge de Tantra. 1040 BRUXELLES. 0478 465 401. info@ecolebelgedetantra.be

Journée de découverte. 20/12. 10h - 20h. Ateliers de découverte gratuit : méditation tantrique, initiation au massage, peinture corporelle. Hannah, praticienne en Tantra. Le Parfum des Couleurs. Avenue Isidore Geyskens, 39. 1160 AUDERGHEM. 0478 968 981 - 02 662 06 83. leparfumdescouleurs@skynet.be

[S] [Bx] Soirée relaxante. 12/12. 19h30 - 22h. Pour vous inviter à vous ouvrir à la plénitude de votre être et à vous connecter profondément avec vous-mêmes. Ruth, assistante Art of Being. Aruhea. 1050 BRUXELLES. 0498102269. ruthf18@gmail.com

[S] [Bx] Formation au Tantrisme. 15/12. Stages d'initiation au tantrisme mer, sam, ou dim. le 1er lundi du mois : formation de base au tantrisme. Nelson Pinto Gomes, médecin sexologue clinicien. Ecole Belge de Tantra. 1040 BRUXELLES. 0478 465 401. info@ecolebelgedetantra.be

[R] [Bx] Journée découverte : Massage Eveil des Sens. 19, 26/12, 9, 16, 23/1 et 6/2. 10h - 18h. Se ressourcer dans un Univers d'Amour. Eveiller les sens subtils. Activer l'énergie vitale, ouvrir le coeur, harmoniser féminin/mas-

culin en conscience. **Angélique Sibilla**, massothérapeute et maître reiki. Centre bien-être. 1200 WOLUWÉ ST LAMBERT. 0495 622 416.

[S] [Na] Week-end découverte. 17 et 18/1. 9h30 - 18h. Démystification du tantra par la douceur et la conscience. Présence à soi d'abord pour pouvoir être en plein contact avec l'autre ensuite. Résidentiel. Sono, tantrika. Ferme de Vévy Wéron. 5100 WÉPION . 02 305 3039 - 0488 270 399. info@ livingtantra.be

[S] [Na] Week-end découverte TANTRA PUR. 17- 18/1. Démystification du tantra par la douceur et la conscience. Présence à soi d'abord pour pouvoir être en plein contact avec l'autre ensuite. Résidentiel. Sono et Libera, tantrika. Ferme de Vévy Wéron. 5100 WÉ-PION . 02 305 3039 - 0488 270 399. info@livingtantra.be

[S] [Bx] Le Tantra au Quotidien: le Chakra Racine. 17/1. 9h. Pour découvrir une nouvelle approche de la sexualité, se rapprocher du sacré comme enseigné dans le Skydancing de Tantra de Margot Anand. Philippe Wyckmans. 1180 BRUXELLES. 0476 799 409. tantra@conscienceauquotidien.com - http://conscienceauquotidien.com

[F] [Bx] Formation au massage Tantra. 24/1, 7/2, 14/2 et 7/3. 10h - 17h. Obtention du certificat de massage Tantra professionnel. Formation en 4 week-ends. Fabienne et Patricia, praticiennes en Tantra. Le Parfum des Couleurs. 1160 AUDERGHEM. 0478 968 981 - 02 662 06 83. leparfumdescouleurs@skynet.be

Tarologie

[S] [Ha] Créer son jeu de tarot. 13/12. 13h30 - 18h30. Au moyen de peinture, collage, mandalas, terre, dessins ou autre technique, nous (re-)créerons chacun, carte par carte, les arcanes: VI l'Amoureux. Muriel Lejeune, formée en Art-Thérapie. Terre Essentielle. 7181 FELUY. 0476 310 747. murielleieune@hotmail.com

[R] [Lg] Cours sur le Tarot, niveau 1. 14/12. Tous les lundis et jeudis. Lydie Elizabal, René Milon. Chez Providence. 4300 WA-

REMME. 019 67 68 11.

[S] [Na] Initiation au tarot de Marseille. 20/12 et 21/12. 9h - 17h. Découverte des cartes - développement de son intuition - apprendre à poser les bonnes questions - sensibilisation au tirage - développement personnel. Vincent Beckers. Un Autre Regard. 5004 NAMUR. 081 20 09 41. vincentbeckers@skynet.be

[S] [Na] Intuition et Tarot. 10/1. 16h - 17h. Séance dinfos : atelier d'initiation au Tarot en 6 samedis apr-midis, de janvier à juin. Méthode pratique et claire. Tarot au choix, miroir de soi. Martine Eleonor, professeur et consultante. Centre Expression. 5030 ERNAGE. 081 61 52 81. www. expression-cea.be

[S] [Na] Initiation au tarot de Marseille. 24 et 31/1. 9h - 17h. Découverte des cartes - développement de son intuition. Apprendre à poser les bonnes questions. Sensibilisation au tirage, développement personnel. Vincent Beckers. Un Autre Regard. 5004 NAMUR. 081 20 09 41. vincent-beckers@skynet.be

[S] [Na] Perfectionnement du tarot de Marseille. 27/1. 19h - 21h. Approfondissement de la Roue de Fortune du tarot : lien avec la mythologie et la psycho; développement personnel, comparaison avec les autres tarots Vincent Beckers. L'Ecole de tarologie. Un Autre Regard. 5004 NAMUR. 081 20 09 41. vincent-beckers@skynet.be

Théâtre

[R] [Bx] Théatre-Expression corporelle enfants et adultes. 10 ou 13/12. Travail sur les relations parole, geste et mouvement au service de la communication et de l'expression. Enfants 6-12, mer 16h30. Ados/Adultes sam 14h30. Franck Timbal, comédien et danseur. Atelier Mouvanse. Centre Rosocha. 1210 BRUXELLES. 0473 42 33 99. ateliermouvanse@gmail.com

[S] [Bx] Stage de théâtre. 13-14/12. Improvisation et humour : osez jouer, développer la confiance en vous et votre créativité par l'expression théâtrale. Françoise Akis, comédienne et pédagoque.

1190 BRUXELLES, 0477 260 622

Thérapie Psycho-corpo relle évolutive®

[R] [Bw] Marche consciente et pratiques psycho-corporelles. 13/12 et 11/1. 14h - 16h. Découvrez la marche afghane, une manière de mettre plus de conscience dans sa vie. Joëlle Thirionet, Alexandra Valsamides, animatrice(s). Centre Ressourcements. 1310 LA HULPE. 02 657 65 37. info@ressourcements.be - www.ressourcements.be

[S] [Bx] Thérapie Psycho-Corporelle Evolutive® . 16/12. 19h30 - 22h. Découvrez ce travail d'évolution personnelle en profondeur associant l'approche verbale et corporelle. Joëlle Thirionet, créatrice de la Thérapie Psycho-Corporelle Evolutive®. Centre Ressourcements. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37. info@ ressourcements.be - www.ressourcements.be

[S] [Bx] Marathons thérapeutiques. 17/12 et 14/1 et 6/2. 10h - 18h. Travail thérapeutique intensif en groupe utilisant toute la richesse des outils de la Thérapie Psycho-Corporelle Evolutive®. Joëlle Thirionet, créatrice de cette thérapie. Centre Ressourcements. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37 - 0475 935 039. info@ ressourcements.be - www.ressourcements.be

[F] [Bx] Groupe continu 3 jours/mois en TPCE. 5/1 au 17/6. 10h - 18h. Magnifique travail d'évolution personnelle en profondeur associant l'approche verbale et corporelle, avec la possibilité de devenir Praticien en TPCE. Joëlle Thirionet, créatrice de cette thérapie. Centre Ressourcements. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37 - 0475 935 039. info@ressourcements. be - www.ressourcements.be

[S] [Bx] Atelier Rituel de Filiation. 18/1. 10h - 18h. Travail avec les outils de TPCE pour vous relier dans un lien plus juste à votre père ou à votre mère tout en vous en différenciant. Eric-Yung Despic, thérapeute TPCE® et conseiller en rituels (KORéAM). Centre Ressourcements. 3090 OVERIJSE. 02 657 65 37 - 0497

57 55 23. edespic@hotmail.com - www.ressourcements.be

Thérapies Aquatiques

[S] [Bw] Revitalisation en synergie aquatique. 18/12 au 21/12. Rencontre découverte avec l'eau pour vivre, dans la conscience de l'instant présent, l'expérience d'une nouvelle relation à l'eau. Christian Michiels, thérapeute. Synergy relations. Les Ateliers du Présent. 1420 BRAINE L'ALLEUD. 058 41 54 65 - 0476 43 08 46.

[S] [Bf] Matinée de détente : Eutonie et Aquafeel. 20/12, 24/1 ou 7/2. 10h - 15h. Au sol ou dans une eau à 32°, mouvements doux et étirements. Pour trouver plaisir, bon tonus et habiter son corps consciemment. Michèle Maison, eutoniste, certifiée en Harmonie Aquatique(R). Eutonie To Be. 1780 WEMMEL. 0472 858 395. mami@eutonietobe net

[R] [Bx] Réconciliation avec notre rapport à l'eau. 20/12 ou 7, 10, 24 ou 31/1. 10h - 13h. Vaincre nos peurs, nous réconcilier avec le plaisir et la Joie de vivre dans l'eau tels les balbutiements de l'enfant dans toute sa confiance. Marie-Christine Parret, superviseur, spécialiste RH. Dolphin Reviv'l. 1180 UCCLE. 0499 176 795. dolphinrevival@skynet.be

[R] [Bx] Essence d'O. 21, 28/12, 18, 25/1 et 1/2. 10h - 13h. Renaître à la Magie de la Vie. Libérer, transmuter les conditions de la période intra-utérine. Retrouver la légèreté de l'Etre. Spécial femme et enfant. Angélique Sibilla, balnéothérapeute et maître reiki. Club Darwin. 1050 BRUXELLES. 0495 62 24 16.

Traditions Spirituelles

[S] [Bx] La Voie Soufie. 24/1. 10h - 18h. Contemplation et invocations spirituelles. Unifier notre nature morcelée. Etablir un lien entre ses aspects épars, être unique, sur un chemin unique. Faouzi Skali, dr. en anthropologie, ethnologie et sciences des religions. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S] [Bx] Le silence de Dieu. 25/1. 10h - 18h. Pourquoi Dieu se tait-il devant le mal ? Rien n'est absurde. Il y a une logique invisible de la vie qui oeuvre pour l'accomplissement de l'humanité. Bertrand Vergely, philosophe, professeur et écrivain. Tetra. Les Sources. 1200 BRUXELLES. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

[S] [Bw] Les sept Anathèmes de la Bible. 31/1 et 1/2. 10h - 18h. Un voyage pour quitter les rails des anathèmes, comprendre leur sens caché et cueillir ensemble le fruit de l'Arbre de Vie. Marie Elia, thérapeute, écrivain. Tetra. Centre Surya. 1410 WATERLOO. 02 771 28 81. resa@tetra-asbl.be

Vacances autrement Ecotourisme

[S] [Na] Voyage en Egypte-Noël dans le désert. 14-21/12 ou 19-26/12. Séjour au bord de la mer rouge et méharée chamelière dans le désert du Sinaï. Martine Hennuy, psychologue, accompagnatrice. Trifolium. 5030 SAUVE-NIÈRE. 0475 802 360.

Voyages et Pélérinages

[S] [Na] Le Tombeau du Géant et le Château des Fées. 27/12. 11h - 16h30. Exploration énergétique de 2 lieux magnifiques de nos Ardennes en pleine nature. Méditation, explication, rituel. Joël Libert, formateur en psychoénergie. Timotheus-Intuition Asbl. 6880 BERTRIX. 0498 733 184. info@timotheus-intuition.be

[S] [Bx] Méharée en Mauritanie. 7/2 au 27/2. Une semaine itinérante dans les dunes, suivie d'une semaine d'aide dans une ONG locale. Après avoir Reçu, nous allons Donner Philippe Wyckmans, psychothérapeute. 1180 BRUXELLES. 0476 799 409. philippe.w@scarlet.be - http://conscienceauquotidien.com

Yi-King

[F] [Bx] Yi-King. 12, 26/1, 9/2 et 9/3. 9h30 - 17h30. Bases et développement du Tao aux hexagrammes. Description détaillée et pratique des profils énergétiques et psychologiques. 4 journées de cours. **Dominique Molle**, diplômé en médecine traditionnelle

chinoise. Ecole de Santé Holistique. 1070 BRUXELLES. 02 520 28 25. info@sante-holistique.org

Yoga

[R] [Bx] Kundalini Yoga selon Yogi Bhajan. 10/12. Les lundis de 10h30 à 12h et de 18h à 19h30, les mercredis de 19h30 à 21h, les jeudis de 20h à 21h30. Yoga des origines pour le temps présent, il oeuvre au coeur de notre Être, nous unifiant pour notre santé physique, mentale et spirituelle. Enseignants certifiés en Ky Niveau 1 et 2. Sounyai. 1180 UC-CLE. 023754681-0497625688.

[S] [Ha] Yoga du rire. 10/12. 19h30 - 20h30. Maîtriser l'art de retrouver le fou rire, éliminez la morosité et faites plaisir à votre corps avec le yoga du rire. Grégory Wispelaere, psychologue. 6110 MONTIGNY LE TILLEUL. 0497 706 248. gregory@souffledesucces.be - www.souffledesucces.be

[R] [Bx] Yoga pour personnes âgées ou malades. 11/12. 17h - 18h. Les jeudis. Afin de cibler tout particulièrement vos besoins physiques, psychologiques et spirituels, proposition de séances au rythme de chacun ! Nadine Ninane, professeur de Kundalini et de Hatha Yoga. Nemamiah Asbl. 1180 BRUXELLES. 0475 223 569.

[R] [Bw] Yoga tantrique du Cachemire. 11 et 18/12. 20h - 21h30. Les jeudis. Par un accueil sans condition de nos sensations, des mouvements et des respirations, ce yoga nous révèle nos conditionnements et nos tensions cachées. Muriel Hemelsoet, Jean-Philippe Faure. 1495 VIL-LERS-LA-VILLE. 071 81 08 06. muhemelsoet@hotmail.com

[R] [Lg] Yoga sur mesure. 11, 18/12, 8, 15, 22 ou 29/1. 19h30 - 21h. Retrouver l'aisance dans ses mouvements, sa respiration, et sa tête. Il suffit de « dissoudre » les blocages. Yves Wers, suivant la méthode de André VANLYSE-BETH. Ferme l'élémen' terre . 4601 ARGENTEAU. 04 379 53 58. lelementerre@skynet.be

[R] [Bx] Yoga -équilibre et respect. 12/12. 9h30 - 10h30. Les vendredis. Travail sur le corps et la respiration afin de reprendre contact avec sa force naturelle

et se sentir bien avec soi. **Sonia Schreiber**, enseignante reconnu par la FBHY. Ahimsa Asbl. 1180 UCCLE. 0477 827094.

[S] [Et] Week-end yoga. 12-14/12 et 9-11/1. Stage en pleine nature. La participation aux tâches fait partie intégrante du stage. Jean-Marie Antoine, professeur de Yoga. Centre de Partage. F-55600 AVIOTH. 063 57 80 29. centredepartage@yahoo.fr

[R] [Bx] Kundalini yoga. 16/12. 19h - 20h30. Le plus ancien et complet de tous les yogas, agit sur tous les aspects de notre être : mental, spirituel, physique. Il nous permet de vivre en pleine harmonie! Les mardis et jeudis. Nadine Ninane, professeur de Kundalini et de Hatha Yoga. Nemamiah Asbl. Centre 58. 1180 BRUXEL-LES. 0475 223 569.

[R] [Bw] Yoga. 17/12. 20h - 21h30. Les mercredis. Pratiques de yoga 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@scarlet.be-www.espace-phoenix.be

[S] [Bx] Yoya de l'énergie. 17-18/1. 14h - 16h30. Institut : formation à l'enseignement du Yoga de l'Énergie. Académie : pratique approfondie des techniques spécifiques du Yoga de l'Énergie. Bruna Montagner, Maryse Pirson, Bernadette Mineur, formatrices. Ayeb. Maison Notre Dame du Chant d'Oiseau. 1150 BRUXEL-LES. 02 242 04 16 - 067 21 10 32. bruna.montagner@chello.be

Zen

[R] [Lg] La nature de l'Esprit. 10/12. 19h30 - 22h. Aussi le 14 et le 28/12 de 10h à 12h30. Comprendre et maîtriser notre esprit est une des sources de bonheur dans le Bouddhisme. Nguyen Van Thong, pratiquant zen. Fleurs d'Eveil. 4000 LIEGE. 0496 188 064. zennguyenvanthong@yahoo.fr

[S] [Bx] Rohatsur. 11/12. Soirée de zazen pour commémorer l'éveil du Bouddha. Le Groupe Zen des Pagodes. 1120 BRUXELLES. 0473 809 468. lavoieceleste@yahoo.fr

[R] [Bx] Le Groupe Zen des Pagodes. 10/12. Tous les jeudis. Pratique et enseignement du Zen. Ecole Soto. 1120 BRUXELLES. 0473 809 468. Javoieceleste@valoo.fr

[R] [Bw] La nature de l'Esprit. 12/12. 10h - 16h30. Comment fabriquons-nous la réalité ? Comprendre et maîtriser notre esprit est une des sources de bonheur dans le Bouddhisme. Nguyen Van Thong, pratiquant zen. Fleurs d'Eveil. 1390 ARCHENNES. 0496 188 064. zennguyenvanthong@yahoo.fr

[S] [Lg] Zen. 13-14/12. Comprendre le Shobogenzo de Dogen d'après les enseignements de Maître Gudo Nishijima. Nicole de Merkline, maître zen. Micheline Bakeroot. 4000 LIÈGE. 04 223 45 68. ise.bakeroot@skynet.be

[R] [Bw] Zen, enseignement et pratique. 16/12. 19h30 - 21h. Tous les mardis. Nicole de Merkline, maître Zen. Association Zen Dogen Sangha. 1348 LOUVAIN LA NEUVE. 02 374 13 91. zendogensangha.be@hotmail.com

[S] [Bw] Zen: méditation, sagesse et compassion. 10-11/1. 9h - 18h. Exploration des 3 qualités, foi, courage, questionnement et des 3 caractéristiques, changement, souffrance, non soi et leur rapport avec la compassion. Martine Batchelor, moine bouddhiste zen. Voies de l'Orient. 1330 RIXENSART. 02 511 79 60. info@voiesorient.be

[S] [Na] Sutra de l'estradebouddhisme. 6 au 8/2. 18h30 - 17h. Lecture collective de ce recueil de sagesse séculaire en en approfondissant le sens. Temps d'échanges alternent avec des temps d'assise. Bernard Senécal, prof à l'Université de Séoul ; enseigne les koans. Voies de l'Orient. 5020 MALONNE. 02 511 79 60. info@voiesorient.be

[S] [Ha] Sesshin Zen. 13 au 17/2. 16h30. Retraite en silence absolu selon la tradition du Zen Rinzaï. Ce sesshin ne s'adresse qu'aux personnes pratiquant déjà le Zen. Hozumi Gensho Roshi, responsable des échanges entre moines buddhistes et chrétiens. Voies de l'Orient. 6464 FORGES-CHIMAY. 02 511 79 60. info@voiesorient.be



«Seuls les petits secrets ont besoin d'être protégés. Les plus gros sont gardés par l'incrédulité du public.»

[Marshall McLuhan]

Un plan secret européen pro-OGM!

Les dirigeants européens préparent secrètement une campagne d'une ampleur sans précédent pour propager les cultures et les aliments génétiquement modifiées dans toute l'Europe. Des documents confidentiels, obtenus par le quotidien britannique *The Independent*, rédigés à la suite d'une série de réunions à huis clos des représentants des 27 gouvernements, dévoilent ces plans pour «activer» l'introduction des cultures et des aliments modifiés et «s'occuper» de la résistance du public!

Ces documents dévoilent également la volonté des dirigeants de demander aux représentants agricoles et aux industries, y compris des compagnies géantes de biotechnologie comme Monsanto, de se faire entendre pour contrecarrer les «intérêts» des écologistes! Harcelée par ses opposants, l'industrie de la biotechnologie a mené une campagne de relations publiques établie autour de l'assertion - très contestée selon laquelle la modification génétique serait nécessaire pour nourrir toute la planète. Elle a eu un certain succès auprès des gouvernements, ainsi qu'à la Commission européenne qui s'est vantée d'avoir «d'excellentes relations de travail» avec les lobbvistes OGM. Les documents font aussi comprendre que losé Manuel Barroso, le président de la Commission favorable aux OGM, va au-delà de la simple exhortation, essayant d'obtenir des Premiers ministres qu'ils «rejettent» leurs propres ministères de l'Agriculture et de l'Environnement en

Helen Holder des Amis de la Terre en Europe, a déclaré : «Le but de Barroso est d'obtenir aussi vite que possible des OGM en Europe. Alors, il va droit aux Premiers ministres et présidents pour leur dire de pousser leurs ministres et de les faire rentrer dans les rangs.» Les conclusions des réunions sur l'opposition du public sont encore plus incendiaires. Les documents considèrent «la meilleure façon

faveur des OGM!

de s'occuper de l'opinion publique» et demandent «un dialogue sans émotion, basé sur le fait des normes élevées de la politique de l'UE envers les OGM». Et ils notent l'emphase du président sur «le rôle de l'industrie, des partenaires économiques et de la science pour contribuer activement à ce dialogue».

Pourtant, il est prouvé que les cultures génétiquement modifiées n'ont pas un rendement supérieur. Des scientifiques ont même découvert que l'insecticide des cultures génétiquement modifiées tuait les champignons & bactéries bénéfiques du sol et faisait muter les plantes en des variétés

encore plus résistantes aux pesticides ! Une affaire à suivre de près...

[Sources : The Independent & Centre de recherche sur la mondialisation]

Invisibilité

Pas besoin de s'appeler Frodon et de posséder un anneau unique ou encore, Harry Potter et une cape magique, pour devenir

invisible... En tous cas, c'est le rêve un peu fou auquel travaille une équipe californienne de l'Université de Berkeley! Ces scientifiques viennent de franchir un pas décisif en créant un revêtement en trois dimensions invisible à l'oeil. A la base de cet exploit : un «métamatériau», un matériau artificiel élaboré spécialement pour présenter des performances optiques inconnues dans la nature. Le secret de ce métamatériau tient aux motifs 3D complexes répétés sur sa surface. Ils ont la particularité, en interagissant

avec la lumière, de la «tordre» pour qu'elle contourne les objets, ce qui les rend de facto invisibles! Toute la difficulté est que ces motifs complexes doivent être d'une taille inférieure à la longueur d'onde de la lumière reçue. Ce qui, en pratique, impose une finesse de gravure très difficile à réaliser pour les longueurs d'onde de la lumière visible, comprises entre 400 et 700 nanomètres [ultraviolet et infrarouge].

[Source : Science & Vie #1093]

E.T.: les langues se délient...

Après les révélations de l'exministre de la défense canadienne, c'est l'astronaute Edgar D. Mitchell qui reconnaît l'existence de la vie extraterrestre.

> O n s ' e n d o u t a i t depuis longtemps, la littérature spécialisée est convaincue depuis des lustres et ces dernières années, l'information commence à filtrer dans la presse grand public. Quelle excès d'orqueil de penser

que nous somme seuls dans l'Univers! Depuis quelques années, les témoignages se multiplient. Et choses nouvelles, avec les caméras grand public et grâce à Internet, dès qu'une apparition se produit, plusieurs témoignages vidéo fleurissent simultanément sur les sites, rendant difficiles certaines dénégations officielles... Le plus intéressant est que le secret officiel se fissure. On l'a vu en début d'année. l'armée Brésilienne non seulement a reconnu l'existence des OVNIs, mais collabore avec les ufologues. Il y eut ensuite le «comming out» de Paul Hellyer, ancien ministre canadien de la défense qui a parlé publiquement des OVNIs au Symposium d'Exopolitique de Toronto. L'ancien responsable politique a déclaré publiquement : «Les OVNIs sont aussi réels que les avions qui volent au dessus de vos têtes [...] Le temps est venu de dévoiler publiquement qu'il existe des civilisations extraterrestres civilisées qui visitent la Terre»... Et enfin, la dernière révélation, datant de fin de l'été, où l'astronaute Edgar D. Mitchell a révélé sur la BBC Radio: «Les Ovnis sont réels. Ils font l'objet d'opérations de couverture. Mais nous sommes bien en contact avec des êtres d'autres planètes». On savait que presque tous les astronautes ayant participé à un vol spatial avaient été accompagné par des OVNIs ou avaient reconnu avoir eu des contacts directs avec des E.T. Mais, fait nouveau, l'information est révélée dans des médias de grande écoute.

Dernier élément, pour les plus sceptiques, la loi US parle des E.T. en interdisant à quiconque d'entrer en contact avec eux et ce, pour des raisons de contamination... No Comment.

[Sources: Planet Positive & L'Etre au monde]

GSM pour enfants?

La nouvelle est tombée début novembre, le ministre en charge de la protection des consommateurs, Paul Magnette, n'autorisera pas la mise sur le marché belge de GSM destinés aux enfants. Ouf! En effet, selon certains articles, Disney et Belgacom envisageaient de lancer en Belgique un téléphone cellulaire destiné aux enfants en bas âge. Au-delà du problème éthique [enfant = cible commerciale], le ministre a aussi épinglé le risque pour la santé. Bref, il ne les autorisera donc pas sur le marché sur la base du principe de précaution!

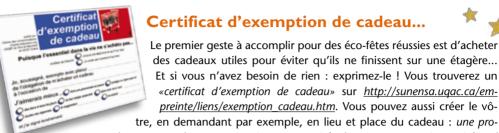
Le Projet Orion

Le Projet Orion est la suite logique du Disclosure Project, engagé par le Dr Steven Gréer, dont nous avons déjà parlé dans cette rubrique. Il s'agit d'une fondation à but non lucratif, dont l'objectif est de fabriquer des générateurs électriques surunitaires. Des systèmes qui, une fois lancés, produisent plus d'énergie qu'ils n'en consomment. La fondation dispose aujourd'hui de plus de 3 millions de dollars. Un collège d'ingénieurs oeuvrent pour la cause en travaillant sur des systèmes novateurs ou déjà brevetés par d'autres chercheurs. L'intention est de distribuer rapidement des générateurs pour pallier les problèmes d'énergie planétaires. A suivre!

O.D.







Certificat d'exemption de cadeau...

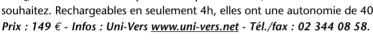
Le premier geste à accomplir pour des éco-fêtes réussies est d'acheter des cadeaux utiles pour éviter qu'ils ne finissent sur une étagère... Et si vous n'avez besoin de rien : exprimez-le! Vous trouverez un «certificat d'exemption de cadeau» sur http://sunensa.ugac.ca/empreinte/liens/exemption cadeau.htm. Vous pouvez aussi créer le vô-

menade nature, un bon repas «maison», une soirée danse, un concert improvisé, ...! N'oubliez pas non plus d'y allez «molot» avec les emballages. Et pour les cartes de voeux, il existe des services gratuits permettant d'envoyer des cartes personnalisées par e-mail...

Set de 6 bougies LED ionisantes rechargeables Ataraxya

Tout en optimisant la qualité de l'air, créez l'ambiance subtile de votre choix... Issues du Système P.I.E [Système Porteur d'Informations d'Energie], ces bougies LED rayonnent chacune un champ vibratoire ré-harmonisant : 2 bougies lumière blanche «Harmonisation», 2 violette «Electromagnétisme», 1 bleue «Détente», et 1 orange «Dynamisation». De plus, grâce à leur ioniseur intégré [1.500.000 ions négatifs/cm³, soit 9.000.000 d'ions négatifs au total], elles contribuent à optimiser la qualité de l'air, où vous le

souhaitez. Rechargeables en seulement 4h, elles ont une autonomie de 40 heures!





Ce petit sac porte-GSM en soie brodée, fait-main au Vietnam dans des conditions correspondant aux exigences du commerce

équitable, comblera certainement votre chère et tendre, aussi bien que la dignité des artisans qui y gagnent un juste salaire. Vous le trouverez au prix de 9 €, parmi mille autres idées cadeaux originales et éthiques, chez Natural Selection, Chaussée de Waterloo, 616 à 1050 Bruxelles - 02 345 10 88 www.natural-selection-clothing.be

Carnets & agendas originaux

Pourquoi ne pas offrir ou s'offrir un magnifique agenda 2009 de la gamme «Paper Blanks» ? Finitions ultra-soignées, papier sans acide, issu de forêts durables... Prix: 14,25 €, disponible à «La Maison du Papier», rue de Namur 11 à Wavre. Par ailleurs, ce haut-lieu de la création artistique renferme des centaines d'objets

pour toutes les bourses, ainsi qu'un département «ésotérisme bien-être» aux trésors insoupçonnés...



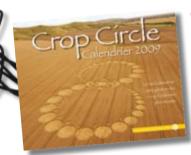
Coffret-cadeau Weleda "La Santé par l'amour"

La fin de l'année approche et les fêtes arrivent... Depuis la nuit des temps, la rose incarne l'amour, la passion et la beauté. Weleda l'intègre dans un grand nombre de produits de soin pour le corps, pour vous permettre d'offrir ses bienfaits à votre corps et à ceux qui vous sont chers.

Ce coffret-cadeau contient le livre «La Santé par l'amour» et 4 produits à la Rose de Weleda : *Déodorant à la Rose musquée 30 ml, Crème de Jour Rosa Mosqueta 10 ml, Huile à la Rose musquée 10 ml, Crème de douche à la Rose musquée 20 ml.*

Un magnifique cadeau à offrir... avec beaucoup d'amour ! Prix conseillé : 9,95 €





Crop Circle Calendrier 2009

Ce magnifique calendrier reprend plus de 80 photos à vous couper le souffle des plus belles formations apparues durant l'été 2008 dans le Wiltshire et l'Oxforshire [UK]!

Infos au 010 45 77 05 - Prix : 24€ port compris [France 29€] par virement sur le compte n°360-1162751-18 - communication «Calendrier 2009» à l'ordre de ARPÈGE Média.



Il était une fois... notre Terre

Ce nouveau jeu sur le développement durable contient 2.200 questions & réponses

qui abordent les thèmes de l'eau, de l'énergie, du recyclage, du réchauffement climatique, de la biodiversité

versité... Prévu pour 2 à 4 joueurs à partir de 6 ans.

Disponible dans les magasins de jouets au prix conseillé de 39,90 €.



Bracelet en Jade de Birmanie

Le jade fascine depuis toujours pour ses vertus. Dès l'époque de Confucius, il symbolise la pureté et la vie éternelle. Très bénéfique pour les désordres de l'oeil, puissant équilibreur, le jade apporte clarté, modestie, courage, justice, sagesse, paix et dissipe toute influence négative. Son contact permet la détente et la relaxation. Le fait de le porter à même la peau permet de soulager les reins et de renforcer l'énergie du coeur.

Disponible chez JL Ganèshe , ainsi que de nombreux autres bracelets minéraux - Ch. de St-Pierre 157 à 1040 Bruxelles. Prix : à partir de 15 €







La rédaction ne peut cautionner toutes les activités reprises dans ces annonces classées.

Aussi, nous vous invitons au discernement.

A louer

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. 0486 299 105. www.rosocha be

Nouveau centre de méditation. Proximité Dailly/Schuman, 60m2, 3 pièces en enfilades, 1^{er} étage. Visite sur RDV. Tél.: 02 736 96 36. www.domeditation.be.

Chambre à louer, 390 euros, toutes charges comprises. Personne calme, semi communauté. Métro Louise. Pour conditions: T. 02 537 54 07 - secretariat@samye.be

A remettre

Magasin d'alimentation bio situé plein centre La Hulpe. Clientèle fidélisée depuis 30 ans. Opportunité à saisir. Nr Tél.: 02 653 21 06 ou 0475 987 913.

A vendre

Tables et chaises de massage, kits pierres chdes, huiles massage à l'Espace Sérénité. Visitez l'espace vente sur Rdv à Braine l'Alleud 0486 323 229. www.espaceserenite.be.

Cours - Formations

Etude de l'Homme et de l'Univers. Cours gratuits de la philosophie Rosicrucienne. Cosmogonie des Rose-Croix, Bible et astrologie à Bruxelles. Association Rosicrucienne (Max Heindel) 02 660 21 24.

Cours de Taijiwuxigong. Par master Shen Jin. Tous les lundis à 20h15 à St-Michel, rue Père Eudore de Vroye, 12. Info: 03 281 05 32 - 0477 221 444. Faculté libre Saint LIN. Découvrer le vrai message du Christ. Santé, prières et guérison. Méditer la lumière christique pour découvrir l'âme dans le coeur : cours par correspondance. 18, Rue Piat-1300 Wavre - Tél. : 010 24 22 43.

Ateliers Feng Shui. Modules d'apprentissage. Chaussée de Ninove, 1072-1080 Bruxelles. Tél. : 02 522 26 97. info@infinityfengshui.com.

Kâ Lakadosch propose deux formations complètes en astrologie humaniste transpersonnelle et nombres sacrés 2 2 2 sentiers initiatiques. Info: 02 537 17 34 ou www. ka-lakadosch.com.

Développement personnel

Astrologie karmique, école de sagesse, Elyane Clémentine Camus. Consultations sur Rdv à Bruxelles. Tél.: 0478 940 193. elyanecamus2005@yahoo.fr.

Respi-thérapie: reprendre contact avec tout son espace respiratoire intérieur. Libération physique, émot. et mentale. Tél.: 02 351 09 09 (Lasne).

Du Moi au Soi : channeling, guidance, accompag. «Clarifier votre chemin, vous révéler à vous-même». Dénouer vos noeuds / transm. d'énergies. Tél. : 02 414 72 58.

Consultation tarot, psychothérapie, sophrologie, massage harmonisant à la Maison Tsaddé, boutique ésotérique, 13, Gal. Bernard. Charleroi. Tél. : 0479 295 327.

Soins chamaniques. J'accompagne votre chemin d'évolution au coeur du corps et de l'inconscient vers votre réalisation individuelle. Tel.: 0473 290 556.

Coaching: transformez votre vie grâce à des outils concrets de soutien et d'évolution. LLN ou domicile. Tél.: 0473 290 556.

S'octroyer du temps pour soi, une pause bien-être, vous en avez le droit. Nous vous proposons : reiki, massage harmonisant aux H.E. et shiatsu, tarot psy, feng shui. F. et C. Evrard-Janssens. 5621 Hanzinne. 0496 075 194 -0497 941 324.

Ochamps - Libramont : Reiki,

réflexologie plantaire, tarot thérapeutique, massage relaxant. Régulièrement, stages reiki tous niveaux. 0499 370 997. dekosterannemarie@yahoo.fr.

Envie de retrouver du plaisir dans votre vie professionnelle ou privée...? Geneviève Van Sull. Soutien thérapeutique, coaching, enseignant. Villers-la-Ville 0474/32 55 96. g.vansull@gmail. com

Chamanisme & sound healing. Rétablir l'équilibre entre l'humain et la nature, le conscient et l'inconscient. (à Bxl). Johan: 0478 280 473.www.shamanism. be.

Reiki. Méditation. Visualisation. Tarot. Consultations sur RDV. Dominique. Charleroi. 0475 65 91 29.

Tantra massage et art de vivre. Respiration, toucher sacré, écoute. Cadre respectueux. Bernard Bombeeck. Tél.: 0494 604 362.

Divers

L'art canin pour un mieuxêtre de vos compagnons : reiki, dialogue intuitif, shiatsu, toilettage depuis 1992. Formation Toil. 5621 Hanzinne. Tél. : 071 50 13 00. www.lartcanin.com.

Cherche parten. Hab. groupé s/ terrain à Melin. Maison passive. Terr. 8 a ou 13 a (906 m2). Belle campagne. T. 0477 78 71 26.

Marché de Noël équitable pour achat de pompes à eau pour le village de Talin en Arménie. Créations ethniques par artistes indépendants: bijoux, foulards. Espace Mieux-Etre. Av. des Gaulois, 22 - 1040 Bxl. 13 +14/12 de 10 à 18h.

Emploi

Un nouveau défi vous tente? Réalisez tous vos objectifs financiers grâce à une structure stable et performante. Un avenir passionnant dans le «Bien-Etre» attend toute personne sérieuse et dynamique. Infos: +352 691 49 66 80.

Massages thérapeutiques

The Oasis of Beauty (Engl. spoken). Soins esth. d'exception. Cadre somptueux. Dames/mess.

Massages insolites, riz, H. Ess., poudre, non sexuel. Toutes épilations totales. Waterloo. Sur RDV. Hygiène parf. 02 354 62 03.

Massages chamaniques. Relaxant, tantrique, indiv/couples, 4 mains. Près LLN - Ambre 0495 120 591.

Ds le respect de chacun, détente profonde corps-coeur-esprit par mass. sensitif belge et réflexo plantaire. MIchèle Biot : Rdv 0478 647 071 - 071 34 37 98.

Espace Sérénité: centre massothérapie, massages harmonisant-shiatsu. Pierres chaudes, réflexo... Sauna infra-rouge. Formations massage. Vente matériel mass. Braine l'Alleud sur Rdv: 0486 323 229. www.espaceserenite be

Massage thérapeutique chinois, bols tibétains, prof. art martiaux, int. depuis + 30 ans. Tél.: 02 351 09 09 (Lasne).

Instant de calme par excellence, envie de se perdre ou de se retrouver ? Massages nirvanesques : balinais, thailandais, bamboos, kashmirien, 4 mains. Rêve d'Amazonie... AMMYRIS 0495 262 627 - Saintes.

Rendez-vous avec vous-même! Offrez-vous un pur moment de bonheur et de détente. 2h de massage à l'huile chaude + H.E. à Bxl. 1040 et à Zellik. 70 euros. Ambiance Zen. Tél. : 0479 387 967. Martine.

Massage ayurvédique. aux huiles selon tradition indienne : détente physique et mentale profonde, libère tensions, élimine toxines. Tél. : 0497 833 931. Bxl.

Rég. Chastre, Gembloux, LLN. Masseur prop massage californien pr dames. Dispo 7/7j, journée & soirée sur rdv pr relax, prix doux. 0475 959 285 - Philip.

Prendre son temps. Massage relaxant aux huiles essentielles, massage aux pierres chaudes, drainage lymphatique. GSM: 0479 533 220. Waterloo.

Nouveau : centre 'Coeur de Sagesse' à Braine-l'Alleud, thérapie de corps et d'esprit avec mini hamman traditionnel pour cure de jouvence, des soins ayurvédiques à base d'huile d'Argan bio, une boutique de produits na-

turels et cadeaux. 02 384 99 30 Ouvert dimanche. Français, anglais, arabe.

Réflexo: Viviane Balumiana à l'Institut 219 Etre, le vendredi soir ou le samedi matin de 10h à 13h. GSM: 0487 203 179.

Massages de tradition indienne harmo. Stress ? Fatigue ? Manque d'énergie ? Abhyanga. Pieds au bol Kansu. Crânien. La Hulpe. Rixen. Om-Massage : 0485 038 008.

Massages bien-être: de tradition indienne, pierres chaudes... Choix de l'huile personnalisé. Un moment de détente et de paix: harmonisant, déstressant, apaisant...Braine-le-Château. RDV: 0478 260 383

Faites une pause bien-être, massage relaxant aux huiles essentielles, soins énergétiques, reiki par imposition des mains. Totalement relaxant, apaisant, thérapeutique. Fait par professionnel, sur RDV à Uccle. De Luca B. 0474 932 312.

Thérapies douces par le toucher : drainage lymphatique manuel Vodder, massage harmonisant en musique. Régions Marche/Rochefort. RV: 084 45 71 58.

Massage tendresse + H.E. + relaxation coréenne + hammam = 2h de douceur, profondeur, bien-être. HF. Région 1330 ou 7500 sur RDV au 0475 46 52 11.

Libérez vos tensions et vos émotions par un massage unifiant aux H.E. chaudes, associé aux soins énergétiques, dans un cadre sécurisant. Contact : Kevin Bathe. Gsm : 0496/27.87.98. E mail : info@danselavie.be - Site: www.danselavie.be.

Massage: délie les blocages du corps, de l'esprit. Permet de dégager l'être profond ouvert et beau en chacun de nous. RVD. Sophie Bazile: 0498 252 537.

Rencontres

Veuve 61 ans, ss enfants, souhaite construire couple avec homme cultivé, 57 - 67 ans, pour complicité. Région Liège ou Mons. Tél.: 0496 871 295.

Homme 43 a sérieux, simple, gentil, dés. partager loisirs (voyages, jeux de soc., gastronomie) avec femme ds le respect et l'amitté. EBJ. N°2033

H 51 A, coeur ouvert et libre pour vivre rel. basée sur resp. et amour, souh. renc. fem. part. mêmes idées. Merci de contacter : coeurouvert@skynet.be

F 40 A, 2 enf., rég. Lg, fume, écolo, ouv., joyeuse, rieuse, trav. sur soi, simpl. volont. aim. renc. H. généreux, attent., rieur, pas port. sur beaut. phys. sr âme: 0497 083 083.

JF, 40A, bruxelloise, sympathique, mince, universitaire, aimerait rencontrer homme libre, pour former couple heureux et fonder famille. Tél.: 0496 176 175 ou EBJ.N°2032

Internet



Santé

L'hydrothérapie du colon peut être faite à titre préventif et curatif. Personnalisée médicalement, elle s'adapte à chaque cas. Elle participe ainsi au maintien ou à la restauration de la santé. Centre d'hydrothérapie: 02 219 88 88.

Arrêter de fumer en 5 séances. Arrêtez de boire de l'alcool en 5 séances. Eliminez votre cellulite en 14 séances. www.endermosoins.be. Tél.: 0499 745 130.

France Guillain: 2 séminaires à 18h45, Av. des Franciscains, 3a - 1150 Bxl. Le 11/12: garder le moral en hiver. Le 12/12: autour de la naissance, maman, bébé, comment prendre soin de vous. Info: 02 770 22 43 ou 0477 485 579. nicole.jadot@skynet.be.

Patricia Debrenne. Thérapeute, diplômée Zen Shiatsu. Gestion des malaises physiques, émotionnels et mentaux. Bruxelles/Brabant/Liège. Tél.: 0497 552 736.

Semi-jeûne et balades chaque saison, en Ardenne, avec JM HERTAY, conseiller hygiéniste. Exposés, relaxation, massage, Do-In, Taï-Chi... Unique en Belgique. Cadre superbe. Prix modéré. 0485 364 851. www.seressourcer.info.

Grande journée santé. Bienêtre le 31/01/09 de 10h à 18h. Stands, ateliers, conférences. Centre sportif, Allée du Château Chinon, 6 à 5140 Sombreffe. Rens.: 071 82 74 36.

Promotion découverte. Soins du visage Dr. Hauska par bioesthéticienne agréée. 10% sur présentation de l'annonce. Joset Marie 02 735 53 80 (Mérode).

Spiritualité

Signes de la présence de Maitreya. Journal gratuit et info : Transmissions BP 50 1060 St Gilles2 - Site : http://www.partageinternational.org. 02 538 21 61.

Being present. «Rappelle-toi toi-même toujours et partout». Gurdjieff. Réunions d'introduction le premier lundi du mois à 20h à Bruxelles. Fellowship of friends. http://www.beingpresent.org. brussels@beingpresent.org.

Initiation à la Lumière d'Atlantis (La cité perdue). Pour la progression de votre développement personnel car il vous mettra sur le chemin de l'ascension planétaire. 0487 646 041. Diplômée. nathalie3@live.be

Stages - Conférences

'Saturne, le grand passeur' confronte à quitter nos vieux visages obsolètes, à abandonner nos univers sécurisants. Pourquoi et comment ? Info: 02 537 17 34 ou www.ka-lakadosch.com

Conscience, présence et travail de l'argile. Stage du 29 au 31/12 (1200 Brux.). rens. et inscr. 0496 630 550.

Thérapies

Retrouver son unité par la mise en mots et le geste réparateur. Entretien thérapeutique et massage initiatique vous y aideront. Maricé NISET (Ransbeck-Ohain) LASNE. 0478 567 136

Massage haptonomique : détente profonde en musique. Liège. + Sophrologie et hypnose : Namur et Liège. Tél. : 0498 322 681.

Mincir et rester mince pour toujours, grâce à la visualisation dynamique créative et à l'auto-hypnose: cessez de fumer et vainquez le stress, les phobies et la dépression. Tel: 0484 736 373 - Neleocoaching.

(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.

Reiki. Guérison du corps et de l'esprit par imposition des mains. 1ère séance gratuite. Tél pr RVS: 0475 748 780. J.M. Bourgeois. Lasne

Addictions cigarette-alcoolnourriture? Je vous accompagne dans votre démarche vers l'autonomie (hypnose, EMDR, PNL). K. Loncour. Bxl. Tél.: 0496 901 393.

«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, psychothéra peute formée par Brandon Bays. 02 770 08 10 ou 0476 20 84 11.

Tarot psychologique. Mal dans sa peau. Ploblèmes récurrents. Obstacles. Blocages. Consultations à Bxl. Tél.: 02 732 05 46.

Fengshui, radiesthésiste. Thierry Ld F/s. Besoin expertise maison/terrain ? Réponses questions Personnel/Travail. Tél. : 0493 617 912 ou thierry.lion@skynet.be.

Sexologue et psychothérapeute, je vous accueille en toute simplicité. Osez parler de vous et de votre sexualité. Suzanne Gryson. 0499 083 462.

R. Bxl. Entretiens individuels couple famille. Psychothéra-

pie, problèmes de couple, sexologie, pyschol. analytique. Michelle Hubert, licenciée U.C.L., formée à la psychanalyse jungienne. Métro Pétillon-Auderqhem. Tél. : 0474 981 816.

Sophrologie: apprendre à gérer son stress, accueillir une future naissance, se préparer aux examens, aller vers un mieux-être, mieux-vivre. Françoise Janssens, 5621 Hanzinne. Tél.: 0496 075 194.

Médium pure vs guide: révélation profonde, clés spirit. et psy + énergie spirit. en séance équil. et transforme. Murielle. Mons -le-Roeulx. 0498 055 657.

Thérapeute, coach de vie. Je vous accompagne à traverser et résoudre vos difficultés (hypnose, EMDR, PNL, méditations). K. Loncour. Bxl. R.-Vous 0496 901 393.

Hypnothérapie. Soins par entretien thérapeutique, PNL, pour dépression, stress, phobie, tabac, troubles alimentaires et mal-être. Braine-l'Alleud: 02 384 99 30. Ouvert dimanche. Anglais, français, Arabe.

Thérapeute certifiée: autohypnose, hypnose, EMDR, relaxation. L'hypnose peut être utilisée comme une fenêtre sur l'âme, apportant une profonde évolution émotionnelle et spirituelle se traduisant par des changements positifs du comportement. Tél.: 0497 271 051. Liège.

Vacances

Découvrir la route de la soie vous intéresse-t-il ? Cherchons compagnons pour élaborer et accomplir ce projet de longue durée en mobilhome. Tél. : 04 223 25 97 ou scarol@skynet.be.

Séjour bien-être à Djerba. 10-17/1. Act. dév. personnel, thalasso dès 690euros. Tél.: 0477 247 849. www.cpme.info.

Croisière-séminaire en Méditerranée. (20/27-6 et 27-6/4-7) et en Mer Rouge (fin Août/déb sept). «A la rencontre des dauphins, à la rencontre de soi-même». Naviguer sr un voilier et vivre un temps d'introspection, d'échanges et de Joie de Vivre telle l'énergie du Dauphin. 0499 17 67 95. dolphinrevival@skynet.be

à écouter & à regarder...

CD Enlightenment

Ce «best of» de Karunesh, globe trotter métisseur de sons et apôtre de la fusion des rythmes ondulants, est idéal pour améliorer notre bien être. Cette musique exotique exaltante et extatique amène l'auditeur vers un indescriptible sentiment de joie. Il suffit de suivre le balancement du «groove» et se laisser porter par les vagues sonores... Instruments : sitar, guitare, claviers, bansuri, oud, sarod, violon indien, flûte et voix douces.

[63'42" • 11 titres • Real Music • RM4168 • D.G. Diffusion]

CD Bio Music 6 in I

Musiques, voix de femmes, percussions. Une ambiance ensoleillée, sensuelle, pour renforcer sa vitalité, le sentiment de bien-être et accompagner un ressourcement physique. Les effets de la *Bio Music 6 en 1* sont aussi appréciés pour la revitalisation de l'eau et de l'air ambiant, la protection contre la pollution électromagnétique et le stress, l'amélioration de la qualité du sommeil et des performances physiques et intellectuelles.

Cette collection a été testée par les laboratoires du Dr Masaru Emoto [cristallisation de l'eau].

[64' • Loriana Music • LORCD02 • D.G. Diffusion]

Humanity Ascending

Humanity Ascending est une série de 7 documentaires novateurs qui seront produits d'ici à 2010. Dans ce premier volet, l'auteur, Barbara M. Hubbard, dresse l'histoire de l'humanité du Big Bang à nos jours, tout en soulignant les éléments essentiels pour réveiller la conscience de notre propre évolution. L'objectif? Aider notre naissance vers une humanité nouvelle...

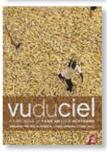
[40' • Anglais • Quantum Product. • <u>www.humanityascending.com</u>]













CD L'amour pianissimo

Déjà compositeur et chanteur pour les trois opus de «Sine Nomine Cantus», Stéphane Stas nous dévoile ici ses talents d'auteur dans ce CD de chansons françaises aux paroles «évolutives». «L'amour pianissimo» propose une autre façon d'aimer, moins passionnelle et plus authentique... et contribue à repenser nos relations affectives. A s'offrir tant pour la musique que pour les textes!

[A commander via le site : <u>www.</u> stephanestas.com]

Les trésors cachés de Michel Ocelot

Ce double DVD propose des courtmétrages méconnus de Michel Ocelot, le brillant réalisateur de «Kirikou et la Sorcière» et «Azur & Asmar». Sensibles, intelligents et plein de poésie, on y découvrira avec bonheur: Les 3 inventeurs, La légende du Pauvre Bossu, Les contes de la nuit, Gédéon, La Princesse Insensible, «Earth intruders» [un clip réalisé pour Björk],...

Et en bonus : Les Noces d'Azur et Asmar et «Les secrets de fabrication de Michel Ocelot».

[160' • Studio O • France télévisions distribution]

Coffret «vu du ciel»

L'intégrale des 6 documentaires de Yann Arthus-Bertrand réunis pour nous alerter sur l'état de la planète : 1 - Tout est vivant, tout est lié ; 2 - Défendre l'eau, c'est défendre la vie : 3 - La mer a besoin de nous

2 - Détendre l'eau, c'est détendre la vie; 3 - La mer a besoin de nous comme nous avons besoin de la mer; 4 - La terre n'appartient pas à l'homme, c'est l'homme qui appartient à la terre; 5 - Six milliards d'Hommes à nourrir et 6 - L'Animal sauvage existe-t-il encore?

«Vu du ciel, la terre n'est plus à nous, on la partage avec tout ce qui vit.» [6 x 100' • France télévisions distribution]

O.D.



«Le silence est éloquence incessante... c'est le meilleur des langages.»

dans «Coeur est Ton Nom, Ô Seigneur !» [voir ci-contre]

2009 - La Grande Transformation

Collectif

L'année 2009 marque un tournant énergétique important pour la planète. Puisque 2008 était l'année de la pensée créatrice, de l'intuition, 2009 sera une année «accélérée». Pour ceux qui comprennent que l'accélération du temps est un outil important pour accélérer la pensée et pour créer, alors 2009 est l'année de la mise en oeuvre. C'est l'année où ce qui a été créé sera expérimenté.

Messages de Lee Carroll [Kryeon], Patricia Cori, Tom Kenyon et Judi Sion, recueillis par Martine Vallée. (Editions Ariane, 260 pages + CD +/-47')

La sagesse de Wall Street

Gary Moore

Construire des ponts entre le domaine des finances et les principes spirituels, c'est possible! La preuve en est avec ce petit livre instructif et surprenant, dans lequel l'auteur considère un ensemble d'aspects de la vie quotidienne, liés à la fois au travail et à la religion, à l'activité et à la méditation. Il nous enseigne les bases pour réussir nos différents investissements, tout en nous rappelant l'importance d'enrichir spirituellement notre vie. C'est avec méthode que nous pourrons alors gérer au mieux notre quotidien, développer notre sens des responsabilités et forger notre caractère. (Editions Jouvence, 160 pages)









Carina - Le pouvoir de révéler ses secrets

Lise Bourbeau

Dans ce 3ème tome de la série Arissiel, nous suivons les aventures de Ari, un jeune homme qui se retrouve en tête d'une fortune. Grâce à ses dons qui se développent sans cesse et malgré cette fortune, il s'engage à aider des personnes en difficulté, dont sa tante Carina. A travers le récit, nous découvrons les problèmes qu'ont engendrés les secrets enfouis en elle depuis sa plus tendre enfance. En filigrane, l'ouvrage nous aide à découvrir des moyens concrets et pratiques sur l'art de se révéler, tout en se libérant du poids du passé, ce qui apporte de précieuses réconciliations et parfois même des quérisons inattendues...

(Editions E.T.C., 555 pages)

Projet Gaïa 2012

Hwee-Yong Jang

Faisant partie d'un vaste projet cosmique appelé *Projet Gaïa*, la Terre subit déjà un processus de purification - marquée par des désastres naturels, la maladie, la guerre et le chaos social qui accélérera l'évolution de notre planète vers une nouvelle dimension. Ce texte visionnaire révèle comment chacun peut se préparer pour le prochain «Grand bouleversement» et participer à l'élévation de la conscience universelle. Un éclairage précieux pour aborder les défis à venir...

(Editions AdA, 244 pages)



«Cette eau qui parle bas»

Christine Duphénieux

C'est à l'écoute de la mélodie du monde aquatique des nymphes et des ondines que l'artiste-photographe nous convie avec sensibilité et onirisme. Une invitation à saisir les écritures de l'eau, comme une calligraphie à ciel ouvert. Le parcours commence par les rivages généreux de la terre du Pays de Gaume, une «Terre d'eaux douces», vient ensuite l'eau-reliance «Entre Ciel et Terre», puis, l'itinéraire se termine par un voyage dans «Cosmos», évoquant le Ciel, immense et précieux...

(Editions Arthus, 104 pages, www.christineduphenieux.be)

Coeur est Ton Nom, Ô Seigneur!

Ramana Maharshi

Cet ouvrage est une sélection des enseignements de Bhagavan







Sri Ramana Maharshi, assortis de photos magnifiques. Il a pour objectif d'aider l'esprit à se tourner vers l'intérieur et à demeurer dans le profond Silence qui attend chacun de nous.

(Ed. A.L.T.E.S.S., 128 pages)

Jusqu'au jour où, de l'Au-delà...

Charlotte André

Après les déboires inimaginables qui ont fait la trame de l'existence de l'auteur, il lui était devenu impossible, à 40 ans, de pouvoir encore vivre après la mort de son 5ème enfant... Jusqu'à ce qu'intervienne l'inconcevable : elle sera «guidée de l'au-delà» par sa mère, décédée 16 ans plus tôt ! Un témoignage autobiographique touchant qui, preuves à l'appui, nous permet de comprendre les «Lois d'Amour Infini» qui régissent le monde et conduisent à l'Amour du prochain.

(Edilivre, 258 pages)

à découvrir aussi...

La lumineuse histoire du Prince qui manquait de tout Jacques Schecroun, Editions Albin Michel

L'atelier BIO

Ingrédients, recettes et savoir-faire sur plus de 300 pages couleurs : un must ! Collectif - Editions La Plage

La reine africaine

Un roman au coeur du monde des abeilles, menacé d'extinction par l'obsession du profit... Roch Domerego, Ch. Blanchard - JC Lattès

Petit Manuel de l'Apprenti Dieu

Une invitation à la déstabilisation permanente... Paul Pétrino - Editions Mosaïque

Les êtres angéliques

Une réflexion profonde sur les hiérarchies angéliques et leurs rôles dans notre vie. *Adam Bittleson - Editions Tournant*

Les Expériences de Mort Imminente et l'après-vie Marc-Alain Descamps, Editions Dangles

Ces découvertes qu'on nous cache Luc Mary - Editions Trajectoire

L'Agenda Essénien 2009

Pensées inspirantes, visualisations, cycle lunaire, fêtes, recette essénienne, rituels,... *Editions S.O.I.S.*

Annonces Classées - Abonnement

MERCI DE RENVOYER LA PAGE ENTIÈRE À AGENDA Plus, Rue du Rondia, 16 - 1348 Louvain-la-Neuve

ORGANISATION
Nom & Prénom
Adresse
Code PostalLocalité
Tél
POUR RECEVOIR AGENDA PLUS CHEZ VOUS
Je souhaite recevoir AGENDA Plus à mon domicile : je verse 18 € couvrant les frais
d'expédition de 10 numéros (France & Luxembourg : 25 € par chèque - Autres : 28 €)
par virement au compte nº: 360-1162751-18 de ARPEGE Média Sprl
ANNONCES CLASSÉES (en fin d'AGENDA Plus)
Je souhaite passer l'annonce suivante au prix de 26 € TVAC les 4 lignes de 36 signes (ponctuations
et espaces compris), 6,50 € TVAC/ligne supplémentaire (ECRIRE EN MAJUSCULE S.V.P.).
Veuillez insérer mon annonce dans la rubrique suivante : Développement personnel Cours - Formations A remettre Emploi Thérapies Stages - Conférences A louer Rencontre Santé Ressourcement A vendre Internet Massages Thérapeutiques Vacances Spiritualité Divers
Veuillez insérer mon annonce 1 fois 2 fois (remise de 10%) 3 fois (remise de 20%)
Je souhaite un fond de couleur (+ 15 €) : vert bleu jaune rose
Réponse via le bureau du journal (+ 3 €)
Je souhaite un espace publicitaire couleur de cm de hauteur (45 € HTVA/cm)
sur une largeur/colonne de 42 mm : dans les «Annonces Classées» dans l'agenda des activités
Je souhaite une facture (+ 5 €). Mon n° de TVA est
Attention : l'annonce ne sera publiée qu'à la réception de votre paiement.
Je paie la somme de avant le 15 du mois précédant le mois de parution par :
chèque joint virement au compte n° 360-1162751-18 de ARPEGE Média Sprl

Louise Courteau

ÉDITRICE

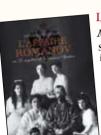


Adieu la terre

Jean-Louis VICTOR

Voici le testament psychologique, initiatique et pragmatique de l'auteur. Il a su établir les liens entre la psychologie du comportement et la prise de conscience spirituelle. Un tsunami gronde, tel une redoutable vague animale. Elle balayera tout sur son passage. La civilisation occidentale ne résistera pas à ce déferlement qui arrive. Ce sera une transformation radicale à tous les niveaux. Sommes-nous prêts?

Broché - 14 x 21,5 - 260 pages - 19 €



L'Affaire Romanov

Michel WARTELLE

Selon la version officielle, la famille impériale de Russie fut massacrée en 1918. En 1998, on lui fit des funérailles nationales auxquelles ne voulut point paraître Alexis II. Pourquoi? Ce dernier savait-il que la famille Romanov n'avait jamais été assassinée en 1918? L'auteur a eu accès à des documents inédits qui bousculent toutes les conclusions publiées à ce jour.

Broché - 14 x 21,5 - 196 pages - 16 €



La Sixième clef La clef vibratoire

Frank HATEM

Construire sa souveraineté est d'une urgente réalité si l'on veut éviter le monde que certains nous préparent et être les artisans d'une élévation vibratoire de la planète. Cet ouvrage est une préparation aux inévitables changements planétaires et humains sans lesquels il n'y a pas d'avenir viable.

Broché - 14 x 21,5 - 352 pages - 23 €



Le Grand Monarque à l'ère du Verseau

Maurice POULIN

De grands moments de lecture en perspective pour celles et ceux qui ne peuvent plus supporter une interprétation aussi réductrice que phallocrate de leurs Écritures sacrées respectives. La Grande Mère et le Grand Monarque seront les messagers du Verseau, idée novatrice de l'auteur dans la recherche identitaire du nouveau Messie.

Broché - 14 x 21,5 - 216 pages - 20 €

27 ans d'existence!

Nouveau!

Être heureux, Pour qui ? Pour quoi ? Pourquoi pas !

Robert BLAIS

Le bonheur est un art qui s'apprend, une aptitude qui se développe. Quels sont les facteurs internes du bonheur ? Pour aborder ces questions, il est très éclairant d'examiner les chemins de bonheur tracés par la philosophie, la psychologie et la

spiritualité, puis d'en extraire des clefs pouvant nous guider dans l'élaboration de notre propre chemin.

Broché - 14 x 21,5 - 176 pages - 19 €



Nouveau!

L'Histoire criminelle des Anglo-Saxons

Normand ROUSSEAU

L'ethnie anglo-saxonne domine la planète depuis les deux derniers siècles et sa domination n'est pas finie. Ce livre la met devant ses crimes et apprend aux autres ethnies à bien la connaître et à s'en méfier. Ce livre invite les Anglo-Saxons à réparer tous les crimes qu'ils ont commis depuis des siècles. La belle image qu'ils tentent de se

image qu'ils tentent de se donner ne doit pas nous faire illusion.

Broché - 14 x 21,5 - 416 pages - 23 €



Nouveau!

Lettres amérindiennes

Rodolphe GAGNON

En communion avec des guérisseurs du corps et de l'âme, l'auteur poursuit l'approfondissement de ses racines dans l'ouverture aux traditions autochtones. Le regard qu'il porte sur la Sagesse amérindienne est plus qu'une synthèse des connaissances disciplinaires sur le sujet. C'est celui d'un chercheur qui

emprunte à la fois les voies de la raison et du cœur pour approcher la parole et le geste du chamane authentique afin d'en goûter l'harmonie et la plénitude...

Broché - 14 x 21,5 - 326 pages - 23 €



Si l'argent est à l'origine de tous les maux, il en est aussi la fin.

Triodos investit votre argent uniquement dans des entreprises qui satisfont aux normes sociales et écologiques les plus exigeantes. Découvrez comment vous pouvez investir votre argent de façon 100% durable avec le même rendement et le même service. Pour plus d'infos, rendez-vous sur **triodos.be** ou appelez le **02 548 28 52**.

