



# AGENDA

Mai - juin 2024

Saint-Martin-d'Heuille  
À la campagne (10km de NEVERS)

## Samedi 18 mai de 14h30 À 16h30 : ATELIER « BIEN DORMIR »

Atelier collectif de reprogrammation de l'inconscient pour réguler le sommeil, outil indispensable à notre bien-être. Animé par Caroline Bordas, hypnothérapeute (Espace Good Moon à Ourouër). Suivi d'un goûter partagé. Participation : 15€

## Dimanche 26 mai de 10h À 15h : STAGE DO-IN ET QI-QONG

Dernier stage de l'année pour découvrir l'automassage (do-in) et le Qi-Qong sur la thématique de l'été et de l'ouverture du cœur. Animé par Charlotte Laprée, professionnelle du shiatsu et professeur de Qi-Qong au Creusot. Débutants bienvenus / repas partagé tiré du sac le midi. Participation : 15€

## Samedi 29 juin À partir de 15h : FÊTE DE L'ÉTÉ AU JARDIN DU CABINET

Venez découvrir l'espace du cabinet partagé et les praticiens qui vont y exercer et participez à des petits ateliers de reconnexion à soi et à des animations « surprises ».

Participation libre. Ouvert à toutes et tous. Venez nous rencontrer !

Buvette et petite restauration sur place.

Inscriptions aux ateliers > [claire@encorpsvivants.fr](mailto:claire@encorpsvivants.fr)

Inscrivez-vous à la mailing list pour recevoir toutes les dates

**Soutenez l'association...** participez, adhérez, communiquez, faites un don !

En corps vivants ! créée en 2024 à Saint-Martin d'Heuille a pour objectifs de :

- > **Créer un réseau de praticiens engagés partageant des valeurs, des projets** pour accompagner chacun-e à prendre soin de lui
- > **Favoriser et rendre accessible** la « reconnexion au corps et à ses sensations » à tous et toutes avec l'organisation d'ateliers collectifs et d'évènements.

[www.encorpsvivants.fr](http://www.encorpsvivants.fr)

Avec le soutien de la commune de Saint-Martin d'Heuille

