

Balagne, Terre de soins  
**Le bien-être pour tous**



**Festival  
Harmonia**

**Sam 12 - Dim 13  
OCTOBRE 2024**

**Parc de Saleccia  
L'ILE-ROUSSE**



**50 INTERVENANTS  
ATELIERS ET SOINS DÉCOUVERTE  
ANIMATIONS - CONFÉRENCES  
PROJECTIONS - SPECTACLE  
RESTAURANT\* - BUVETTE**



**SUIVEZ NOUS SUR FB ET SUR INSTAGRAM  
FESTIVAL HARMONIA BALAGNE  
RENSEIGNEMENTS : 07 84 73 34 50**



**PRIX D'ENTRÉE PARC : 11€ ADULTES / 9€ TARIF RÉDUIT / 30€ FAMILLE  
\*RÉSERVATION A LA TABLE DU PARC CONSEILLÉE AU 04 95 36 91 36**

# PARC DE SALECCIA : EMPLACEMENT DES STANDS, ESPACES D'ANIMATION ET ATELIERS

1. Aire de jeu : Théâtre forum et spectacle de danse

2. Esplanade de la tente : Elisabeth LARGUIER + Christelle MOUGEOT + Michèle GUERIN + Nathalie JOUMIER

**A: ESPACE ATELIERS ZONE 3, 4, 5**

3. Framboise VARRET et Sandrine TOUR (endroit des panneaux fleurs) + DAGMAR et Alisson BELLIER + FIOR DI VITA + Christelle LEANDRI (Donna è) + Charles HERMIER (GRANAGORA) + Paul DEMONGEOT (Elle et Il de beauté " La Corse à fleur de peau")

4. Yolaine COMPARETI + Flavie GIL (en alternance)

5. Angélique SARAIS + Lara GARANDEL (le dimanche)

**B. ESPACE SONS/ VIBRATIONS : Tambours chamaniques (Amalia FESTINO), Musique avec MOWEI (en alternance)**

6. Volkmar et Claire ERNST

7. Stéphane GIRAUD + Nadège DEROITE + Sandrine GENIN + Laure SALAMA (en alternance) + Julianne PANGRAZI

8. Laetitia DUTTO + Michèle GUIDICELLI + Nathalie FILIPPI-PAOLI et LATIFA GALLO (En alternance)

9. André SALDUCCI et Marie Hildegarde SAIM + Christine DESCHASEAUX + Anaïs VALPREMIT (En alternance)

10. Cécile DEGIOANNI + Blandine VALLOIS

**C. ESPACE PRATIQUES CORPORELLES : YOGA (Amalia FESTINO, Angélique SARAIS, Lydie GUICHARD et Liu MOWEI) + PILATE (Gabrielle HOYON et Sylvia HORDE) + QIGONG (Anne GOURITIN et Stéphane GIRAUD) + WUO TAI (Céline GIROIR) + LITHOTHERAPIE au sol (Carole MALLET) + OSTEOPATHIE CRANIO-SACRE (Cornelia SIMEON DE BUOCHBERG) + DANSE INTUITIVE (Aurore BRAUER) + MASSOTHERAPIE Cécile Bartolini.**

11. A l'entrée de l'espace Med, stands des pratiques corporelles: Sylvia HORDE et Sandrine GENIN + Anne GOURITIN + Françoise SANTELLI, Céline GIROIR, Aurore BRAUER, Cornelia SIMEON DE BUOCHBERG, Lydie GUICHARD + Gabrielle HOYON, Audrey LUZORO et Carole MALLET ensemble, Cécile BARTOLINI.

En face, Timothée CREUSET, Marilyne MONDOLFI et MO WEI (tirage de cartes).

12. Salle de conférences

13. Salle de projection des films en continu

**D: ESPACE YOGA DU RIRE**

**E: ESPACE ATELIER SOURCELLERIE ET ATELIER CONNEXION AVEC LA NATURE**



## \*INSCRIPTIONS AU N° DE STAND

DÈS 9H30.

LES INSCRIPTIONS AUX ATELIERS OU SOINS SE FONT DIRECTEMENT AU STAND.

EXEMPLE : **2B** SIGNIFIE S'INSCRIRE AU STAND N°2 INDIQUÉ SUR LE PLAN.

ET LE RENDEZ-VOUS POUR LA PRATIQUE SE FERA EN ZONE B À L'HEURE INDIQUÉE.

S'IL N'Y A PAS DE LETTRE, L'ATELIER OU LE SOIN SE DÉROULERA À L'EMPLACEMENT DU STAND.



# PROGRAMME DU SAMEDI

## ATELIERS\*

### 10h00

INITIATION YOGA VINYASA FLOW (Amalia Festino) 1h15 - **11C**

ÉQUI COACHING "Ose révéler ta vraie nature !" Avec les chevaux de la Tribu de Philia (Cécile Degioanni) 30mn - **10**

YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) 30 à 45mn - **2D**

ATELIER CRÉATION ET VISUALISATION "TERRE-ETHER (Angélique Saraïs) 1h30 - **5A**

L'ANCRAGE POSITIF (PNL): Apprendre à utiliser l'ancrage pour déclencher des états émotionnels positifs. (Michèle Guidicelli) 1h - **8**

COACHING CO-ACTIVE et Approche Centrée Solutions (ACS) (Claire Ernst) 45mn - **6**

QI GONG : mouvements de la colonne vertébrale dans le Nei Yang Gong (Stéphane GIRAUD) 1h15 - **7C**

HO'OPONOPONO "À qui je m'adresse quand je demande pardon?" (Sandrine Tour) 1h00 - **3A**

RÉALISATION ET EXPÉRIMENTATION D'UN PRODUIT DE SOIN ET GESTUELLE RELAXANTE DU VISAGE

(Dagmar Guiraud et Alisson Bellier) 1h30 - **3**

### 10h30

PRATIQUE D'UN ÉCHAUFFEMENT DE QI GONG. Travail sur les articulations & relâchement du corps. (Anne Gouritin) 30mn - **11C**

QU'EST CE QU'UNE GRAINE? (Charles Hermier pour GRANAGORA) 30mn - **3**

SOURCELLERIE (André Salducci) 1h00 - **9E**

ATELIER DÉCOUVERTE CONNEXION AVEC LA NATURE (Marilyne Mondolfi) 20mn - **11E**

ATELIER AUTO-MASSAGE PARENTS/ ENFANTS (Michèle Guerin) 45mn - **2**

DÉMONSTRATION D'UNE RELAXATION DYNAMIQUE EN SILENCE sur une personne volontaire. (Françoise Santelli) 1h00 - **11C**

### 11h00

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE : Fiches explicatives. Participation et échanges sur la pratique (Laetitia Dutto) 45mn - **8**

CHAKRA YOGA (Mo Wei) 1h00 - **11C**

DONNA È - BIOCOSMETICA DI CORSICA, Conseils d'utilisation, découverte sensorielle (Christelle Leandri) 45mn - **3**

MASSAGE BB (par leurs parents) et présentation du soin rebozo (Audrey Luzoro) 1h00 - **11C**

INITIATION MÉTHODIQUE A L'ART THÉRAPIE (Volkmar Ernst) 25mn - **6**

LE PILATES ET SES BIENFAITS (Sylvia Hordé) - 20mn - **11C**

TECHNIQUE de LIBÉRATION ÉMOTIONNELLE, ou EFT

(Framboise Varret) 1h00 - **3**

TECHNIQUE DE RESPIRATION, UNE ALLIÉE DANS LES MOMENTS DIFFICILES (Cécile Bartolini) 25mn - **11C**

### 11h30

RESSENTIR LE MONDE ANIMAL (Anaïs Valpremit) 45mn - **9A**

PRATIQUE PILATES (Gabrielle Hoyon) 30 à 45mn - **11C**

TECHNIQUE DE RESPIRATION, UNE ALLIÉE DANS LES MOMENTS DIFFICILES (Cécile Bartolini) - 20mn - **11C**

QI GONG : LIU ZI JUE 6 sons thérapeutiques 45 min (Stéphane Giraud) - **7C**

ÉQUI COACHING Ose révéler ta vraie nature ! Avec les chevaux de la Tribu de Philia (Cécile Degioanni) 30mn - **10**

QI GONG DE L'AUTOMNE. Saison, trajets, points, mouvements

(Anne Gouritin) 30mn - **11C**

YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) 30 à 45mn - **2D**

HO'OPONOPONO A qui je m'adresse quand je demande pardon?

(Sandrine Tour) 1h00 - **3A**

INITIATION MÉTHODIQUE A L'ART THÉRAPIE (Volkmar Ernst) 25mn - **6**

INITIATION AU WUO TAÏ (Céline Giroir) 1h00 - **11C**

### 12h00

ATELIER DÉCOUVERTE CONNEXION AVEC LA NATURE

(Marilyne Mondolfi) 20mn - **11E**

INITIATION MÉTHODIQUE À L'ART THÉRAPIE (Volkmar Ernst) 25mn - **6**

MON BASSIN, MON SOCLE DE CRÉATIVITÉ (Public femmes, mères) : Un atelier de pratique et de conscience corporelle. (Nadège Deroite) 1h00 - **7**

### 12H30

SOURCELLERIE (André Salducci) 1h00 - **9E**

### 13h30

MON BASSIN, MON SOCLE DE CRÉATIVITÉ ATELIER LÂCHER PRISE (Public adolescentes) Respiration, pratique corporelle (Nadège Deroite) 1h00 - **7C**

CONFIANT.E EN RELATION Facilité par les chevaux

(Blandine VALLOIS) 1h30 - **10**

### 14h00

INITIATION AU WUO TAÏ (Céline Giroir) 1h00 - **11C**

DÉCOUVERTE DES PLANTES AROMATIQUES DU MAQUIS

(Charles Hermier pour GRANAGORA) 30mn - **3**

PRATIQUE DU RUSIE DATTON (Yoga Thaïlandais). Travail postural & respiratoire.

Assis au sol ou sur chaise. Apporter un coussin. (Anne Gouritin) 30mn - **11C**

DÉMONSTRATION D'UNE RELAXATION DYNAMIQUE EN SILENCE sur une

personne volontaire, avec participation active du public

(Françoise Santelli) 1h00 - **11C**

### 14h30

YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) 30 à 45mn - **2D**

### 15h00

PILATES (Gabrielle Hoyon) 30 à 45mn - **11C**

RÉALISATION ET EXPÉRIMENTATION D'UN PRODUIT DE SOIN ET GESTUELLE

RELAXANTE DU VISAGE (Dagmar Guiraud et Alisson Bellier) 1h30 - **3**

ATELIER CONNEXION AVEC LA NATURE (Marilyne Mondolfi) 20mn - **11E**

MASSAGE BB (par leurs parents) et présentation du soin rebozo

(Audrey Luzoro) 1h00 - **11C**

LES BASES DE LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)

(Michèle Guidicelli) 1h - **8**

QI GONG DES 24 ÉNERGIES, enseignement de Maître Zhang Aijun, ouvert aux enfants (Stéphane Giraud) 45mn - **7C**

PRATIQUE DU TAÏ JI QI GONG. Mélange de mouvements de Taï Chi Quan avec concentration/respiration du Qi Gong. (Anne Gouritin) 30mn - **11C**

SOURCELLERIE (André Salducci) 1h00 - **9E**

### 15h30

YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) 30 à 45mn - **2D**

ATELIER DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE ENFANT : Apprendre à se détendre et retrouver son calme (Michèle Guerin) 45mn - **2**

ÉQUI COACHING "Ose révéler ta vraie nature !" Avec les chevaux de la Tribu de Philia (Cécile Degioanni) 30mn - **10**

INITIATION YOGA VINYASA FLOW (Amalia Festino) 1h15 - **11C**

COACHING CO-ACTIVE et Approche Centrée Solutions (ACS)

Claire Ernst) 45mn - **6**

### 16h00

LE PILATES ET SES BIENFAITS (Sylvia Hordé) 20mn - **11C**

RÉFLEXOLOGIE ET IMMUNITÉ : Comment stimuler vos défenses naturelles (Christelle Mougeot) 45mn - **2**

PRATIQUE DU QI GONG DE MME GUOLIN. Enchaînement et initiation à une marche thérapeutique anti-cancer (Anne Gouritin) 30mn - **11C**

### 17h00

PRATIQUE TAOÏSTE DES MILLE MAINS SACRÉES DYNAMIQUES. Mouvements harmonieux avec concentration dans les mains (Anne Gouritin) 30mn - **11C**

TAI JI QUAN : Initiation au Style Zhaobao (Stéphane Giraud) 1h - **7C**

CERCLE DE MOUVEMENT AU TAMBOUR CHAMANIQUE

(Amalia Festino) 1h00 - **11B**

**\* INSCRIPTIONS AU N° DE STAND DÈS 9H30.**

**LES INSCRIPTIONS AUX ATELIERS OU SOINS SE FONT DIRECTEMENT AU STAND.**

**EXEMPLE : 2B SIGNIFIE S'INSCRIRE AU STAND N°2 INDIQUÉ SUR LE PLAN. ET LE RENDEZ-VOUS POUR LA PRATIQUE SE FERA EN ZONE B À L'HEURE INDIQUÉE. S'IL N'Y A PAS DE LETTRE, L'ATELIER OU LE SOIN SE DÉROULERA À L'EMPLACEMENT DU STAND.**



En continu toute la journée, salle n°13

## PROJECTIONS DE FILMS

- "En quête d'harmonie" de Stéphanie Jue - "Debout" de Stéphane Haskell -

- "C'est quoi le bonheur pour vous" de Julien Peron



# CAUSERIES

**10h00**

LE QI GONG, QU'EST CE QUE C'EST ? (Anne Gouritin) 25mn - **11**  
LA METHODE PILATES, POURQUOI, POUR QUI ? Les origines, les particularités et les bienfaits du Pilates (Gabrielle Hoyon) 45mn - **11**  
L'ACCOMPAGNEMENT ÉMOTIONNEL DE L'ANIMAL (Anaïs Valpremit) 45mn - **9**  
LE TRAVAIL D'UN GUÉRISSEUR (Marie Hildegarde) 45mn - **9**  
LA GEMMOTHERAPIE, OU PHYTOEMBRYOTHÉRAPIE (Framboise Varret) 45mn - **3**

**10h30**

DÉCOUVRIR LE MATÉRIEL ET LES TECHNIQUES D'UNE SÉANCE DE NATUROPATHIE (Elisabeth Larguier) 45mn - **2**  
DÉTOX SUCRE: TRUCS ET ASTUCES POUR MIEUX GÉRER SA CONSOMMATION (Flavie Gil) 45mn - **4**  
LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Thimothée Creuzet) 45mn - **11**

**11h00**

LE MONDE MINÉRAL, COMPAGNON THÉRAPEUTIQUE (Carole Mallet) 30 à 45mn - **11**  
GÉOBIOLOGIE- MÉMOIRE DES LIEUX (Marilyne Mondolfi) 30mn - **11**  
LES BIENFAITS DE L'HYPNOSE ET DE LA SOPHROLOGIE (Sandrine GENIN) 30mn - **7**

**11h30**

BYE BYE ALLERGIES : Technique de libération énergétique des allergies, intolérances et sensibilités (Elisabeth Larguier) 45mn - **2**  
LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Thimothée Creuzet) 45mn - **11**  
LA DENTOSOPHIE, UNE PORTE VERS LA SANTÉ : De l'équilibre buccal à l'équilibre global (Laure Salama) 30 à 45mn - **7**

**12h30**

COMMENT FAIRE LE CHOIX DES CROQUETTES CHATS ET CHIENS (Christine Deschaseaux) 35mn - **9**

**13h00**

LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Thimothée Creuzet) 45mn - **11**

**14h00**

LE MONDE MINÉRAL, COMPAGNON THÉRAPEUTIQUE (Carole Mallet) 30 à 45mn - **11**  
LES BLESSURES DE L'ÂME (Marilyne Mondolfi) 30mn - **11**  
DÉCOUVRIR LE MATÉRIEL ET LES TECHNIQUES D'UNE SÉANCE DE NATUROPATHIE (Elisabeth Larguier) 45mn - **2**  
LA THÉRAPIE TRADITIONNELLE CHINOISE, SOIN ET BIEN-ÊTRE (Stéphane Giraud) 45mn - **7**

**14h30**

DÉTOX SUCRE : TRUCS ET ASTUCES POUR MIEUX GÉRER SA CONSOMMATION (Flavie Gil) 45mn - **4**  
DÉCOUVERTE INTERACTIVE DE LA MAÏEUSTÉSIE (Laetitia Dutto) 30 min - **8**  
STAND « AS YOU » Présentation du yoga et de la kinésiologie (Angélique Saraïs) 45mn - **5**

**15h00**

ACCOMPAGNEMENT ÉMOTIONNEL DE L'ANIMAL (Anaïs Valpremit) 45mn - **9**  
LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Thimothée Creuzet) 45mn - **11**

**15h30**

BYE BYE ALLERGIES : Technique de libération énergétique des allergies, intolérances et sensibilités (Elisabeth Larguier) 45mn - **2**  
LES BLESSURES DE L'ÂME (Marilyne Mondolfi) 30mn - **11**

**16h00**

DÉCOUVERTE INTERACTIVE DE LA MAÏEUSTÉSIE (Laetitia Dutto) 30 min - **8**  
CERCLE DE PAROLES POUR FEMMES : Une sexualité épanouie, pour libérer les tabous et les peurs autour du désir et du plaisir (Nadège Deroite) 45mn - **7C**

LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Thimothée Creuzet) 45mn - **11**

**16h30**

COMMENT FAIRE LE CHOIX DES CROQUETTES CHATS ET CHIENS (Christine Deschaseaux) 35mn - **9**  
LES BIENFAITS DE L'HYPNOSE ET DE LA SOPHROLOGIE (Sandrine GENIN) 30mn - **7**

## SOINS INDIVIDUELS\*

**10h30 – 11h30 – 12h30 – 13h30 – 14h30 – 15h30 – 16h30 – 17h30**

OSTÉOPATHIE DU CRANIO-SACRÉ POUR LES BB/ ENFANTS/ JEUNES ADOS (Cornelia Simeon de Buochberg) 30mn - **11C**

**10h30 – 12h00 – 14h00**

TIRAGE DE CARTES À BUT THÉRAPEUTIQUE (Yolaine Comparetti) 1h30 - **4B**

**10h30 – 11h00 – 11h30 – 12h00**

LE FASCIA, LA TRAME DE VIE DU CORPS : Accéder à son pouvoir de régénération et acquérir des clés de connaissance sur soi et de son corps (Julianne Pangrazi) 25mn - **7C**

**11h00 – 11h30 – 12h00 – 12h30 – 14h00 – 14h30 – 15h00 – 15h30 – 16h00 – 16h30**

SOINS HOLISTIQUES (Individuels) Marie Hildegarde Saim 30mn - **9**

**15h00**

SOINS DÉCOUVERTE "LE MESSAGE DES PIERRES" (Carole Mallet) 1h 15 - **11C**

Salle n°12

## CONFÉRENCES

**10h30**

À LA QUÊTE DU BONHEUR  
(Latifa Gallo)

**12h00**

AYURVEDA, LE GOÛT D'UNE VIE SAINES !  
(Amalia Festino)

**13h30**

LA RÉFLEXOLOGIE COMBINÉE, comment ça marche ?  
(Christelle Mougeot)

**15h00**

LE POUVOIR DES MOTS  
(Nathalie Filippi-Paoli)

## ANIMATIONS

**10h00**

LE MIAM Ô FRUITS L'allié santé du petit déjeuner  
(Corinne Joubioux) 30 à 45mn - **BAR**

**13h00 et 16h00**

DÉMONSTRATION D'UNE RELAXATION NON VERBALE  
(Françoise Santelli) 1h00 - **C**

**14h00**

VOYAGE SONORE (Mo Wei) 45mn - **B**

**15h30**

OM SHANTI (Yolaine Comparetti) 1h - **B**

**17h00**

SPECTACLE THÉÂTRE FORUM (Michèle Guidicelli) - **1**

## Légende

 **TOUT PUBLIC**

 **ADULTES**

 **ADOS ET ADULTES**

 **ADOS**

 **ENFANTS**

# PROGRAMME DU DIMANCHE

## ATELIERS \*

### 10h00

LE PILATE ET SES BIENFAITS (Sylvia Hordé) - 20 min - **11C**  
INITIATION YOGA VINYASA FLOW (Amalia Festino) - 1h15 - **11C**  
QI GONG - Mouvements de la colonne vertébrale dans le Nei Yang Gong (Stéphane Giraud) - 1h15 - **7C**  
YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) - 30 à 45 min - **2D**  
HO'OPONOPONO : À qui je m'adresse quand je demande pardon ? (Sandrine Tour) - 1h00 - **3**  
ATELIER CRÉATION ET VISUALISATION "TERRE-ETHER" (Angélique Saraïs) - 1h30 - **5A**  
INITIATION MÉTHODIQUE À L'ART THÉRAPIE (Volkmar Ernst) - 25 min - **6**  
ÉQUI COACHING "Ose révéler ta vraie nature !" Avec les chevaux de la tribu de Philia (Cécile Degioanni) 30mn - **10**

### 10h30

QU'EST-CE QU'UNE GRAINE? Granagora (Charles Hermier) - 30 min - **3**  
PRATIQUE D'UN ÉCHAUFFEMENT DE QI GONG : Travail sur les articulations & relâchement du corps (Anne Gouritin) - 30 min - Lieu : **11C**  
INITIATION MÉTHODIQUE À L'ART THÉRAPIE (Volkmar Ernst) - 25 min - **6**  
SOURCELLERIE (André Salducci) 1h00 - **9E**  
ATELIER AUTO-MASSAGE PARENTS/ ENFANTS (Michèle Guerin) - 45 min - **2**  
ATELIER SOIN DU FÉMININ : Se reconnecter à la sagesse, la connaissance et la force de sa Matrice utérine pour guérir le féminin (Julianne Pangrazi) - 30 min - **7C**  
LA TECHNIQUE DU SWISH (PNL) : Apprendre à l'utiliser pour changer des comportements indésirables (Michèle Guidicelli) - 1h00 - **8**

### 11h00

ATELIER DÉCOUVERTE CONNEXION AVEC LA NATURE (Marilyne Mondolfi) 20mn - **11E**  
INITIATION MÉTHODIQUE À L'ART THÉRAPIE (Volkmar Ernst) - 25 min - **6**  
INITIATION AU WUO TAÏ (Céline Giroir) - 1h00 - Lieu : **11C**

### 11h30

YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) - 30 à 45 min - **2D**  
HO'OPONOPONO : À qui je m'adresse quand je demande pardon? (Sandrine Tour) - 1h00 - **3**  
TECHNIQUE DE LIBÉRATION ÉMOTIONNELLE, ou EFT (Framboise Varret) - 1h00 - **3A**  
COACHING CO-ACTIVE et Approche Centrée Solutions (ACS) (Claire Ernst) - 45 min - **6**  
MON BASSIN, MON SOCLE DE CRÉATIVITÉ : Le bassin berceau de l'humanité, espace de créativité, un atelier de pratique et de conscience corporelle (Nadège Deroite) - **7C**  
QI GONG : Liu Zi Jue 6 sons thérapeutiques (Stéphane Giraud) - 45 min - **7C**

### 12h00

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE : Participation et échanges sur la pratique (Laetitia Dutto) - 45 min - **8**  
ÉQUI COACHING "Ose révéler ta vraie nature !" Avec les chevaux de la Tribu de Philia (Cécile Degioanni) - 30mn - **10**  
QI GONG DE L'AUTOMNE : Saison, trajets, points, mouvements (Anne Gouritin) - 30 min - **11C**

### 12h30

AUTO-HYPNOSE : LÂCHER PRISE ET SE RESSOURCER (Nathalie Filippi-Paoli) - 35 min - **9B**  
SOURCELLERIE (André Salducci) - 1h00 - **9E**

### 13h00

RESSENTIR LE MONDE ANIMAL (Anaïs Valpremit) - 45 min - **9A**

### 13h30

MON BASSIN, MON SOCLE DE CREATIVITE (Femmes, mères) : Le bassin berceau de l'humanité, espace de créativité, un atelier de pratique et de conscience corporelle (Nadège Deroite) - 1h00 - **7C**  
EQUI COACHING : Ose révéler ta vraie nature ! Avec les chevaux de la Tribu de Philia (Cécile Degioanni) - 30 min - **10**  
ATELIER DÉCOUVERTE CONNEXION AVEC LA NATURE (Marilyne Mondolfi) - 20 min - **11E**

### 14h00

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE : Participation et échanges sur la pratique (Laetitia Dutto) - 45 min - **8**  
INITIATION AU WUO TAÏ (Céline Giroir) - 1h - **11C**  
PRATIQUE DU RUSIE DATTON (Yoga Thaïlandais) : Travail postural et respiratoire. Assis au sol ou sur chaise. Apporter un coussin (Anne Gouritin) - 30 min - **11C**  
DÉCOUVERTE DES PLANTES AROMATIQUES DU MAQUIS Granagora (Charles Hermier) - 30 min - **3**

### 14h30

YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) - 30 à 45 min - **2D**  
LE PILATES ET SES BIENFAITS (Sylvia Hordé) - 20 min - **11C**  
DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE ENFANTS : Pour apprendre à se détendre et retrouver son calme (Michèle Guerin) - 45 min - **2**  
DONNA È - BIOCOSMETICA DI CORSICA: Conseils d'utilisation et découverte sensorielle (Christelle Leandri) - 45 min - **3**  
DÉVELOPPER L'ÉCOUTE EMPATHIQUE AVEC LA CNV (Communication Non Violente) (Michèle Guidicelli) - 1h - **8**  
INITIATION YOGA VINYASA FLOW (Amalia Festino) - 1h15 - **11C**  
CONFIANT.E EN RELATION : Travail facilité par les chevaux (Blandine Vallois) - 45 min - **10**  
YOGA Recherche de qualité d'être et d'humanité (Lydie Guichard) - 45mn - **11C**

### 15h00

MOBILITÉ ARTICULAIRE STRECHING RELAXATION (Gabrielle Hoyon) 30 à 45mn - **11C**  
SOURCELLERIE (André Salducci) 1h00 - **9E**  
RÉFLEXOLOGIE ET IMMUNITÉ : Comment stimuler vos défenses naturelles (Christelle Mougeot) 45mn - **2**  
TAÏ JI QI GONG : Mélange de mouvements de Taï Chi Quan avec concentration et respiration (Anne Gouritin) - 30 min - **11C**  
QI GONG DES 24 ÉNERGIES : Enseignement de Maître Zhang Aijun, ouvert aux enfants (Stéphane Giraud) - 45 min - **7C**  
TECHNIQUE DE RESPIRATION, UNE ALLIÉE DANS LES MOMENTS DIFFICILES (Cécile Bartolini) - 25 min - **11C**

### 15h30

YOGA DU RIRE (Nathalie Joumier) - 30 à 45 min - **2D**  
AUTO-HYPNOSE : LÂCHER PRISE ET SE RESSOURCER (Nathalie Filippi-Paoli) - 35 min - **8B**  
ATELIER DÉCOUVERTE CONNEXION AVEC LA NATURE (Marilyne Mondolfi) 20mn - **11E**  
MON BASSIN, MON SOCLE DE CRÉATIVITÉ : Atelier lâcher prise pour adolescents, vie plus souple et légère, respiration et pratique corporelle (Nadège Deroite) - 1h - **7C**

### 16h00

TECHNIQUE DE RESPIRATION, UNE ALLIÉE DANS LES MOMENTS DIFFICILES (Cécile Bartolini) - 25 min - **11C**  
CERCLE DE MOUVEMENT AU TAMBOUR CHAMANIQUE (Amalia Festino) - 1h - **11B**  
PRATIQUE DU WU QIN XI : Jeu des cinq animaux, imitation des mouvements avec des spécificités santé (Anne Gouritin) - 30 min - **11C**

**\* INSCRIPTIONS AU N° DE STAND DÈS 9H30.  
LES INSCRIPTIONS AUX ATELIERS OU SOINS SE FONT DIRECTEMENT  
AU STAND.  
EXEMPLE : 2B SIGNIFIE S'INSCRIRE AU STAND N°2 INDIQUÉ SUR LE PLAN.  
ET LE RENDEZ-VOUS POUR LA PRATIQUE SE FERA EN ZONE B À L'HEURE INDIQUÉE.  
S'IL N'Y A PAS DE LETTRE, L'ATELIER OU LE SOIN SE DÉROULERA À L'EMPLACEMENT  
DU STAND.**

# CAUSERIES



**10h00**

LA GEMMOTHÉRAPIE, OU PHYTOEMBRYOTHÉRAPIE

(Françoise Varret) 45mn - 3

LA DENTOSOPHIE, UNE PORTE VERS LA SANTÉ

(Laure Salama) 30 à 45mn - 7

LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Timothée Creuzet) 45mn - 11

GÉOBIOLOGIE - MÉMOIRE DES LIEUX (Marilyne Mondolfi) 30mn - 11

DÉCOUVERTE INTERACTIVE DE LA MAÏEUSTHÉSIE

(Laetitia Dutto) 90mn - 8

LE QI GONG, QU'EST-CE QUE C'EST ? (Anne Courtin) 25mn - 11

**10h30**

ACCOMPAGNEMENT ÉMOTIONNEL DE L'ANIMAL (Anaïs Valpermit) - 9

DÉCOUVRIR LE MATÉRIEL ET LES TECHNIQUES D'UNE SÉANCE DE

NATUROPATHIE (Élisabeth Languier) 45mn - 2

LES BIENFAITS DE L'HYPNOSE ET DE LA SOPHROLOGIE

(Sandrine Genin) 30mn - 7

**11h00**

LE MONDE MINÉRAL, COMPAGNON THÉRAPEUTIQUE

(Carole Mallet) 30 à 45mn - 11

CAUSERIE SUR LA PEAU (Dagmar et Alisson) 30 à 45mn - 3

DÉTOX SUCRE: TRUCS ET ASTUCES POUR MIEUX GÉRER SA

CONSOMMATION (Flavie Gil) 45mn - 4

**11h30**

BYE BYE ALLERGIES : Technique de libération énergétique des allergies,

intolérances et sensibilités (Elisabeth Languier) 45mn - 2

LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Timothée Creuzet) 45mn - 11

COMMENT FAIRE LE CHOIX DES CROQUETTES CHATS ET CHIENS

(Christine Deschaseaux) 35mn - 9

**12h00**

SE BOUGER SOURCE DE PLAISIR ET DE NÉCESSITE ABSOLUE

(Gabrielle Hoyon) 45mn - 11

**12h30**

MIEUX COMPRENDRE SON ADO (Lara Garandel) 45mn - 5

**14h00**

LE MONDE MINÉRAL, COMPAGNON THÉRAPEUTIQUE

(Carole Mallet) 30 à 45mn - 11

LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Timothée Creuzet) 45mn - 11

DÉTOX SUCRE : TRUCS ET ASTUCES POUR MIEUX GÉRER SA

CONSOMMATION (Flavie Gil) 45mn - 4

COMMENT FAIRE LE CHOIX DES CROQUETTES CHATS ET CHIENS

(Christine Deschaseaux) 35mn - 9

LA THÉRAPIE TRADITIONNELLE CHINOISE, SOIN ET BIEN-ÊTRE

(Stéphane Giraud) 45mn - 7

**14h30**

DÉCOUVRIR LE MATÉRIEL ET LES TECHNIQUES D'UNE SÉANCE DE

NATUROPATHIE (Elisabeth Languier) 45mn - 2

LES BLESSURES DE L'ÂME (Marilyne Mondolfi) 30mn - 11

**15h00**

CAUSERIE SUR LA PEAU

(Dagmar Guiraud et Alisson Bellier) 30 à 45mn - 3

ACCOMPAGNEMENT ÉMOTIONNEL DE L'ANIMAL

(Anaïs Valpermit) 45mn - 9

LA MÉTHODE DES 7 ALIGNEMENTS (Timothée Creuzet) 45mn - 11

LES BIENFAITS DE L'HYPNOSE ET DE LA SOPHROLOGIE

(Sandrine GENIN) 30mn - 7

**15h30**

BYE BYE ALLERGIES : Technique de libération énergétique des

allergies, intolérances et sensibilités (Elisabeth Languier) 45mn - 2

CERCLE DE PAROLES POUR FEMMES : Une sexualité épanouie, pour

libérer les tabous et les peurs autour du désir et du plaisir

(Nadège Deroite) 45mn - 7C

## SOINS INDIVIDUELS\*

De 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h30 (Rdv toutes les 30mins)

SOINS HOLISTIQUES (Individuels) Marie Hildegard 30mn - 9

**14H00**

TIRAGE DE CARTES INTUITIVES : EXPLORATION DU SUBCONSCIENT (Mo Wei) 3h pour 6 inscriptions - 11

**10h00 – 11H30 – 14H00**

TIRAGE DE CARTES A BUT THERAPEUTIQUE (Yolaine Comparetti) 1h30 - 4B

**12h00 – 15h00**

SOINS DECOUVERTE "LE MESSAGE DES PIERRES" (Carole Mallet) 1h 15 - 11C



En continu toute la journée, salle n°13

## PROJECTIONS DE FILMS

- "En quête d'harmonie" de Stéphanie Jue - "Debout" de Stéphane Haskell -

- "C'est quoi le bonheur pour vous" de Julien Peron

Salle n°12

## CONFÉRENCES

**10h30**

ÊTRE PARENT CE N'EST PAS UN JEU D'ENFANT

(Lara Garandel)

**12h30**

(RE)PRENDRE CONFIANCE EN SOI DANS SES  
RELATIONS GRÂCE AUX CHEVAUX (Blandine Vallois)

**14h00**

LE CYCLE MENSTRUEL DE LA FEMME, UN ALLIÉ POUR  
UNE VIE SUR MESURE (Nadège Deroite)

## ANIMATIONS

**10h00**

LE MIAM Ô FRUITS L'allié santé du petit déjeuner

(Corinne Joubioux) 30 à 45mn - BAR

**13h30**

DANSE INTUITIVE (Aurore Brauer) 1h30 - C

**15h00**

HAIE DES ANGES (Aurore Brauer) 1h00

(continuité de la danse intuitive) - C

**15h30**

OM SHANTI (Yolaine Comparetti) 1h - B

**17h00**

SPECTACLE DE CLÔTURE TEMPO ARTE COMPAGNIE

(Anne-Marie Loliva) - 1

## Légende

TOUT PUBLIC

ADULTES

ADOS ET ADULTES

ADOS

ENFANTS

