

SEPTEMBRE 2009

Les mercredis créatifs

« Éveil musical des enfants de 3 à 6 ans »

Musicienne médaillée d'or du Conservatoire Régionale de Saint Maur des fossés en piano, Péma vous propose d'accompagner votre enfants à la découverte de la musique et de ses sensations : Appréhension du rythme avec les percussions et avec leur corps dans des rondes , de la mélodie par des chansons , de la respiration,de l'écoute .... afin de permettre à vos enfants de développer leur qualités musicales!



« Les marionnettes ont une vie! »

Atelier d'expression plastique et théâtrale pour les 6-10ans

Artiste peintre et plasticienne, formée à la danse et au théâtre, Céline Peillard invite les enfants à explorer leur créativité, à donner forme à leur esprit inventif et la place à ce qu'ils ont à dire. Lors des ateliers, les enfants découvrent et expérimentent ensemble les différentes formes d'expressions artistiques auxquelles font appel la réalisation de marionnettes , et la création de personnages et d'histories .

HORAIRE ET LIEU DES APRES MIDI CREATIFS

Éveil musical le mercredi de 16h30 à 17h30
Atelier d'expression plastique et théâtrale le mercredi de 14h à 16h
14 Rue de la gare à Limoux

Tarifs:

Éveil musical:5 euros pour 1h d'atelier
Atelier Marionnettes: 7 euros les 2h d'atelier
Inscriptions et Renseignement
Musique: 04 68 31 36 52 (HR)

ATELIERS DE COMMUNICATION RELATIONNELLE

Il appartient à chacun d'oser communiquer autrement, pour éviter les malentendus, les conflits et les souffrances inutile.

La méthode ESPERE® (mise en place par Jacques Salomé) développe la responsabilisation, le respect de soi et de l'autre, la tolérance et le positionnement personnel.



En entretenant des liens créatifs et plus respectueux entre les êtres, elle permet une écologie relationnelle, une communication sans violence et la bienveillance des relations.

Jocelyne Brocco, consultante en Communication relationnelle, membre de l'Institut ESPERE® international, s'est formée auprès de Jacques Salomé depuis 1993

Contact : Fabienne Teulières 04 68 69 06 73
Ateliers proposés sur 5 week-ends à Greffeil
5-6 sept, 14-15 nov, 23-24 janv, 20-21 mars, 15-16 mai

OCTOBRE 2009



Jeudi 22 octobre à 20H30 à Limoux

Jacques Salomé

Location des billets 06 69 41 69 75/04 68 31 60 65 Tarif: 12€

NOVEMBRE 2009

Construire sa maison en paille...



Animée par Luc Flouissac, 44 ans. Docteur en géographie & aménagement, titulaire d'un certificat de formation spécialisée en architecture et qualité environnementale.

Chercheur au LRA/GRECAU (Laboratoire de Recherche en Architecture / Groupe de Recherche Environnement

de Toulouse. Enseignant à l'école d'architecture de Toulouse. Conseiller environnemental en libéral (support à maîtrise d'ouvrage ou d'oeuvre dans le domaine de l'évaluation technique et environnementale de systèmes constructifs). Auteur du logiciel COCON (Comparaison de solutions Constructives et de niveaux de Confort et d'émissions de CO2).Porte parole du Réseau Français de Construction en Paille et coordinateur de la rédaction des règles professionnelles de construction en paille.

CONFÉRENCE LE VENDREDI 2 NOVEMBRE À 20H 30, SALLE LOUIS COSTES À LIMOUX

JANVIER 2010

Les causes de la souffrance selon le bouddhisme



Le vendredi 29 janvier Salle Louis Costes à Limoux À 20H30

CONFÉRENCE BOUDDHISTE ANIMÉS PAR UN LAMA , RENSEIGNEMENTS:06 79 45 73 99

FEVRIER 2010

## Comment choisir son alimentation?



Conférence vendredi 12 février à 20H30 à Limoux salle Louis Costes  
Suivi d'un stage de diététique chinoise le Samedi 13 février 2010 de 14h à 19h  
Tarif: 35€

## Atelier de Qi Gong Et Initiation à l'automassage de l'abdomen

**Le Chi Nei Tsang enseigne aux patients à mieux se connaître :** Nous guérissons et nous évoluons au delà des conflits internes en "digérant" nos émotions. Guérir veut dire surpasser notre moi douloureux pour épanouir notre élan vital et jouir de notre vraie raison de vivre. Avec le Chi Nei Tsang, je suis convaincue que chacun est responsable de sa propre santé et que la guérison vient à partir de l'intérieur. Les patients apprennent des techniques fondamentales d'auto massage et des techniques pour améliorer leur respiration. Des pratiques spécifiques et appropriées de visualisation et de méditation sont utilisées pour favoriser le développement des effets des traitements manuels.



RENSEIGNEMENTS AUX 06 79 45 73 99  
Les jeudi 19 nov 2009, 4 mars et 3 juin 2010 de 14h à 17h

MARS 2010

Luc Nicon a défini une approche simple, rapide et très efficace pour identifier les peurs inconscientes. Entre 2003 et 2006, dans le cadre d'un protocole de recherche, Tipi a réalisé une étude portant sur 278 personnes en souffrance émotionnelle chronique. Pour ces personnes atteintes de phobie, d'angoisses, d'inhibition, de dépression ou d'irritabilité, seulement 7 ne sont pas totalement venues à bout de la souffrance émotionnelle qui les handicapait. Dans 79% des cas, la guérison est intervenue en une seule séance. Les 21% restant n'ont que très exceptionnellement nécessités plus de 3 séances pour obtenir le même résultat.

Ces chiffres peuvent paraître provocateurs tant ils sont incroyables : ils ne sont pourtant que le rapport réel et sincère de cette étude.

Conférence le vendredi 5 mars à 20h30 salle Louis Costes



AVRIL 2010

## Feng shui:



### « La santé par l'habitat »

Animée par Michel Spasky,  
Expert feng shui

Vendredi 3 avril à 20H30 salle Louis Costes à Limoux

# ASSOCIATION TERRE MEDECINE



PROGRAMME  
2009-2010:  
Développer sa santé  
physique, relationnelle et mentale

Renseignements  
06 79 45 73 99  
14 Rue de la gare 11300 Limoux