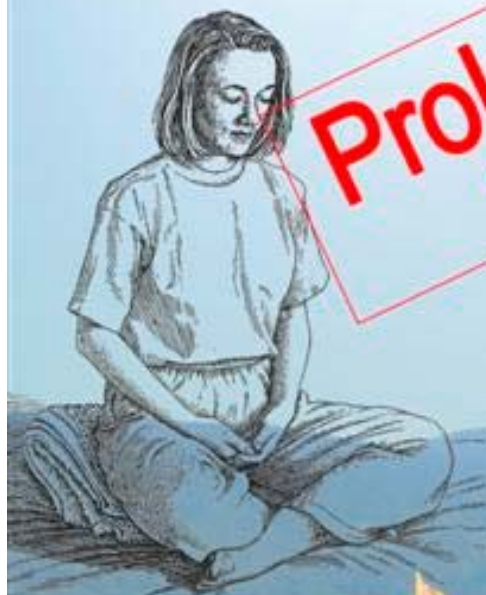


Bien-être sur l'eau

Prolongation
Bateau à quai



Soyez curieux
Venez nous rendre visite



Au port de Neuchâtel sur le bateau La Béroche

Le Bateau Bien-être continue tout l'hiver avec :

- Encore plus d'**Ateliers** : Chants sacrés, Métamorphose, Tai-Chi, pour enfants, Energie au quotidien, Souffle de vie, Perceptions et d'autres.
- Encore plus de **Massages** : Métamorphose, Breuss, Shiatsu, Reiki, Reflexologie, Grinberg et bien d'autres.
- Avec la création d'un **ESPACE RENCONTRE** avec thé de l'amitié à gogo offert.
- Des **Séminaires** et des **Conférences**.

Programme et renseignements au 032 729 96 00

ou sur www.lametamorphose.net

Toutes ces activités sont proposées à prix d'amis:

Une entrée de fr 10.--, comprenant l'entrée pour une journée et le thé de l'amitié à volonté, sera perçue pour les frais de fonctionnements du bateau.

Si vous nous rendez visite à trois... vous ne payerez que pour 2 personnes.

Le prix des **massages** est fixé à fr 10.-- seulement les 15 minutes, soit fr 40.-- de l'heure. (tous les vendredis après-midi et dimanches)

Le prix des **ateliers collectifs** est à fr 10.-- seulement par heure et par personnes.

Depuis toujours être sur l'eau est un moment de confort idéal pour oublier la suractivité et le stress de nos vies trépidantes.

Et après le succès de l'été... **le bateau bien-être continue....**

Suite au succès grandissant du bateau bien-être, les activités sur ce bateau vont se perpétuer durant l'hiver.

Pour rappel, il s'agit d'activités de massage et de développement personnel qui s'effectuent sur le Bateau La Béroche.

Vu le succès et l'enthousiasme soulevé par ce concept, M. Wenger, directeur de la navigation, ainsi que l'équipe d'animateurs ont décidé de jouer les prolongations.

Cependant en raison de l'horaire d'hiver, toutes les activités **se feront à quai.**

Ce qui offre la possibilité d'avoir des horaires plus souples.

Cet hiver, le programme initial va s'enrichir.

En effet, les ateliers collectifs de développement personnel, ainsi que les journées de massages sont conservés.

Mais à ces activités, s'ajouteront :

- ✚ Atelier expression pour les enfants les mercredis après-midi.
- ✚ La création d'un espace rencontre et dialogue.
- ✚ L'organisation de séminaires.
- ✚ De conférences.
- ✚ Une rencontre ouverte le deuxième lundi de chaque mois.
- ✚ Un atelier du soir "Allons jusqu'au bout de notre nuit".

Et toujours :

- ✚ Les journées de Massages
- ✚ Et les ateliers collectifs de développement personnel.

Les **ateliers d'expression pour enfants** ont été passablement perturbés par des contraintes horaires. Cependant, les 2 ateliers qui ont eu lieu sur les 4 initialement prévus, ont eu un franc succès. Comme le bateau est désormais à quai, les ateliers pour enfants auront lieu de manière régulière. Les enfants sont à la fête les mercredis après midi. L'atelier d'expression invite à l'imaginaire, à la création et au jeu. Il offre à chacun la possibilité de réaliser ses idées en groupe ou individuellement.

Le vendredi après-midi et le dimanche.

Un **espace rencontre et dialogue** pour les curieux qui aimeraient vivre un jour différent, plus riche et plus actif, en partageant leur temps avec d'autres. Afin de faciliter les rencontres, le thé de l'amitié sera offert à tous les participants pendant la journée, ceci dans un environnement que nous voudrions simple et familial. Cet espace rencontre sera ouvert en même temps que **les journées de massages**.

Les **séminaires** organisés sur certaine fin de semaine, proposent des activités plus complètes et plus profonde que le travail effectué en atelier. Sur la durée d'un week-end, les bienfaits de l'expérience deviennent plus tangibles et permettent à une nouvelle énergie de s'installer. Si les ateliers renforcent l'ancrage, les séminaires invitent à la paix.

Le bateau Bien être sera également mis à disposition pour l'organisation de **conférences**.

Chaque deuxième lundi du mois, une **rencontre ouverte** sera organisée. Il s'agit d'un échange informel où tout un chacun y est invité. L'atelier vise à la rencontre et à la joie d'être ensemble. Des thérapeutes seront présents et disponibles pour l'écoute et le partage. Cette rencontre se terminera par une activité inspirée par le groupe. **Cette soirée est gratuite.**

Certain vendredi soir : « **Allons au bout de notre nuit** » est un atelier qui commence en début de soirée pour se terminer très tard.

Après une mise en condition, un travail spécifique est organisé sur un thème pour ensuite partir sur des moments de partage et de joie... ceci jusqu'au bout de la nuit.

Les **journées de massages et de soins** ont lieu le vendredi après-midi de 14h00 à 18h00 et le dimanche sur de 10h00 à 18h00.

Nos visiteurs pourront recevoir divers soins tel que :

Massage physique et énergétique tel que : Méthode Grinberg – Massage Intuitif-
Multidimensionnel – Réflexologie – Métamorphose – Reiki - Shiatsus – Massage Ayurvédique
– Digithothérapie - Rebutologie.....

Attention

Vu la richesse des activités proposées, il ne nous est pas possible de publier un programme sur une semaine. Il est donc **indispensable** de se renseigner avant de venir.

Le site Internet.

www.lametamorphose.net sous l'onglet Bateau Bien Etre

propose un agenda où les activités sont proposées dates par dates. Les informations y sont toujours mises à jour.

Vous pouvez également appeler le bureau de la société de navigation

032 729 96 00.

Ou à mon numéro personnel

079 353 60 67

Toutes ces activités sont toujours proposées à un prix d'amis :

Une entrée de dix francs, comprenant l'entrée pour une journée et un thé de l'amitié, sera perçue pour les frais de fonctionnements du bateau.

Si vous nous rendez visite à trois, ...vous ne payerez que pour 2 personnes.

Le prix des massages est fixé fr 10.-- seulement les 15 minutes, soit fr 40.--. de l'heure.

Le prix des ateliers collectifs est fr 10.-- seulement par heure et par personnes.

Statistiques :

Plus de 280 personnes ont reçu un massage sur le bateau, ce qui n'est pas loin du maximum possible.

Plus 150 personnes ont assisté à des ateliers...

Les Ateliers pour enfant en 2 éditions ont attiré une quinzaine d'enfants.

Pour tous renseignements **032 729 96 00**
ou sur **www.lametamorphose.net**

Nos activités au jour le jour.

Les horaires sont donnés à titres indicatifs et sont susceptibles d'être changés.

Il est indispensable de se renseigner au 032 729 96 00 ou sur www.lametamorphose.net

**Le dimanche soir en général une fois par mois.
De 19h00 à 21h00.**

Les Chants Sacrés de Guérisons

Retrouvez tout le potentiel de guérison de votre corps par la pratique des chants.

Vous allez expérimenter la pratique de la relaxation en étant guidé par les chants magiques d'Eric.

Par le travail sur le souffle et les vibrations que provoquent les chants, des exercices vous permettront de dissoudre les blocages qui sont en vous.

Les effets qu'ils ont sur votre corps et sur votre esprit vous permettront d'accéder à un profond bien-être, et une immense paix intérieure.

Attention.....Renseignements

Vu la richesse des activités proposées, il ne nous est pas possible de publier un programme sur une semaine. Il est donc **indispensable** de se renseigner avant de venir.

Le site Internet.

www.lametamorphose.net sous l'onglet Bateau Bien Etre

propose un agenda où les activités sont proposées dates par dates. Les informations y sont toujours mises à jour.

Vous pouvez également appeler le bureau de la société de navigation

032 729 96 00

ou à mon numéro personnel

079 353 60 67

contact : thp@lametamorphose.net

Le lundi soir de 20h15 à 23h00 (ou plus)

Rencontre Ouverte

Chaque deuxième lundi du mois, une rencontre ouverte sera organisée. Il s'agit d'un échange informel où tout un chacun y est invité. L'atelier vise à la rencontre et à la joie d'être ensemble. Des thérapeutes seront présents et disponibles pour l'écoute et le partage. Cette rencontre se terminera par une activité inspirée par le groupe.

Cette soirée est gratuite.

Le mercredi après-midi de 14h00 à 17h00.

Ateliers d'expression enfants :

Christian vous propose, des ateliers qui visent à explorer la créativité sous ses formes les plus diverses.

Par le simple fait de se mettre en création, le participant développe ses ressources intrinsèques.

Aucune technique particulière n'est requise, l'expression de soi est sollicitée, et par là s'opère la transformation.

Le mercredi de 18h30 à 20h30

Tai Chi Chuan:

Christian vous propose une pratique qui se situe au carrefour de la médecine chinoise, des arts martiaux et de la guidance de l'énergie (le Chi) à travers le corps.

Des mouvements précis, lents, ronds et souples harmonisent forces de défense et forces d'attaque. La santé est préservée lorsque ces deux parts (yin et yang) sont en équilibre.

Le jeudi matin de 10h00 à 12h00

Allo Maman Bobo, les énergies aux quotidiens

Dhana vous propose d'harmoniser vos énergies, afin de retrouver bien-être et santé.

Dhana vous propose une rencontre sous la forme d'un forum santé.
Par une approche simple et souple, liée à des exercices pratiques.

Le jeudi soir de 18h30 à 21h30
Le samedi matin de 09h30 à 12h00

Nouveau Regard par la Métamorphose

Essentiellement par des techniques inspirées de la Métamorphose, Thierry vous propose un voyage dans votre ressenti et votre intuition.

Il s'agit essentiellement de vivre son présent avec intensité, pour mieux capter et sentir les signaux que nous envoient notre corps et notre esprit.

Le vendredi Matin de 09h30 à 12h00

Perceptions

Patou vous emmène dans un voyage de douceur, à la découverte de vos perceptions. Par des exercices simples et accessibles.

Le vendredi après-midi de 14h00 à 18h00

**Massages thérapeuthiques et soins + espace
rencontre et dialogue**

Les journées de soins et de consultations ont lieu le vendredi après-midi de 14h00 à 18h00 et le dimanche sur de 10h00 à 18h00.

Massage physique et énergétique tel que : Méthode Grinberg –
Massage Intuitif-Multidimensionnel – Réflexologie – Métamorphose –
Reiki - Shiatsus –Massage Ayurvédique – Digithothérapie -
Reboutologie.....

Le vendredi Soir de 18h30 à 20h00

Souffle de Vie

Retour à sa Source Intérieure.

*

Ouverture et Harmonisation des Corps.

*

Souffle de Vie.

Relaxation-Respiration-Sons-Equilibrage Énergétique-Ect...

Retrouver et Vivre dans le Spontané, le Moment Présent, La joie et la Santé.

Le vendredi 2 fois par mois depuis 20h30.

"Allons au bout de notre nuit"

Le vendredi soir : « Allons au bout de notre nuit » est un atelier qui commence en début de soirée pour se terminer très tard.

Après une mise en condition, un travail spécifique est organisé sur un thème pour ensuite partir sur des moments de partage et de joie... ceci jusqu'au bout de la nuit.

Le samedi matin de 09h30 à 12h00
Le jeudi soir de 18h30 à 21h30

Nouveau Regard par la Métamorphose

Essentiellement par des techniques inspirées de la Métamorphose, Thierry vous propose un voyage dans votre ressenti et votre intuition.

Il s'agit essentiellement de vivre son présent avec intensité, pour mieux capter et sentir les signaux que nous envoient notre corps et notre esprit.

Le dimanche de 10h00 à 18h00

Massages thérapeuthiques et soins + espace rencontre et dialogue

Les journées de soins et de consultations ont lieu le vendredi après-midi de 14h00 à 18h00 et le dimanche sur de 10h00 à 18h00.

Massage physique et énergétique tel que : Méthode Grinberg –
Massage Intuitif-Multidimensionnel – Réflexologie – Métamorphose –
Reiki - Shiatsus – Massage Ayurvédique – Digithothérapie -
Reboutologie.....

Sur le samedi et le dimanche :

Des séminaires sont organisé.
pour plus de renseignements :

032 729 96 00

ou sur www.lametamorphose.net

ou à mon numéro personnel

079 353 60 67

Email : thp@lametamorphose.net

Les horaires sont donnés à titres indicatifs et sont susceptibles d'être changés.

Il est **indispensable** de se renseigner au 032 729 96 00 ou sur www.lametamorphose.net

Il ne nous reste plus qu'à vous dire

"À BIENTÔT"

Sur le Bateau Bien-Être

Les Techniques de Soins

Le shiatsu

Le terme japonais « shiatsu » signifie littéralement « pression du pouce ». Pendant le traitement, des pressions adéquates avec les pouces, mains, coudes et genoux, sont exercées sur les méridiens. Selon besoin, d'autres techniques comme des étirements ou des rotations d'articulations sont utilisées. Le shiatsu permet d'éliminer les blocages et congestions énergétiques, il active les forces naturelles d'autorégulation, harmonise l'énergie globale du corps et favorise l'équilibre physique et psychique. L'accompagnement des client-e-s par le dialogue et les exercices corporels complètent le traitement

Pour en savoir plus : <http://www.shiatsu-sgs.ch/ass/therapie/shiatsu.html>

La méthode Grinberg

Créée et développée par Avi Grinberg dès le début des années 80, la méthode Grinberg est une méthode psycho-corporelle qui a pour but de soutenir le développement personnel et de réduire la souffrance.

Par l'utilisation du toucher, du mouvement, de la respiration, elle enseigne à être plus attentif à son propre corps, afin d'éviter les tensions, les postures et autres automatismes qui conduisent à des douleurs ou des sensations de mal-être.

Elle s'adresse à toute personne désireuse de prendre la responsabilité de sa santé, ainsi qu'à celles et ceux qui souhaitent développer leur potentiel inexploité.

Pour en savoir plus : <http://www.philippeconstantin.ch/>

La réflexologie

La réflexologie est une thérapie manuelle pratiquée sur des zones réflexes représentant les organes et des parties du corps humain.

Les organes sont traitables à distance par simple pression des pouces ou massage spécifique.

Nous retrouvons le schéma du corps en miniature sur le pied.

Les organes étant dans la moitié droite se retrouvent sur le pied droit et réciproquement.

Par exemple, les organes comme les poumons et le coeur sont représentés sur les deux pieds.

La tête, la nuque et les cervicales sont situés à la hauteur du gros orteil et des petits orteils.

Pour en savoir plus : <http://www.reflexo-sante.com/histo.php>

Le Reiki

Pour tous renseignements **032 729 96 00**
ou sur www.lametamorphose.net

L'énergie universelle de vie est une méthode de guérison par l'imposition des mains, simple et efficace, d'une extraordinaire facilité.

Rei = Sagesse, conscience spirituelle.

(âme, esprit, univers)

Ki = Réfère à l'énergie universelle animant toute chose.

(Coeur, esprit, intention, énergie, lumière, et sentiment)

L'action se manifeste à travers l'activation de symboles

Karuna : Racine, évolution ou perfectionnement

Pour en savoir plus : <http://www.reiki-libre.ch/index.html>
<http://www.lereikiguide.com/pratique.php>
<http://users.skynet.be/bs662745/>

Le Massage Energétique

Le Massage Energétique dynamise la circulation de l'énergie et permet une réharmonisation en profondeur du corps.

Les massages sont personnalisés. Un bilan énergétique avant chaque séance détermine les zones du corps à stimuler et à détendre pour obtenir une efficacité optimale.

Le massage s'effectue sur le trajet des méridiens où chaque point d'énergie stimulé permet un rééquilibrage durable. L'entretien régulier de ses schémas énergétiques revitalise l'organisme. Le corps est plus résistant aux maladies et la gestion des émotions devient plus aisée.

Les massages énergétiques s'adressent à toutes les personnes qui désirent améliorer leur fonctionnement physique / émotionnel / mental. Pour le massage, la personne est en sous-vêtement, couverte, hormis la région massée.

Après une séance de massage, il est profitable de prévoir un temps de décompression afin d'intégrer en profondeur le travail effectué.

Pour en savoir plus : <http://www.art-form.asso.fr/Massage.htm>

La Digitothérapie

C'est une méthode olitique, basée sur des principes d'acupuncture, donc sur la stimulation de vos méridiens énergétiques...

Ces points sont ensuite stimulés non avec des aiguilles mais par des pressions en des points donnés (point d'acupuncture) ou peuvent être stimulés électriquement.

Pour en savoir plus : <http://www.digitotherapie.com>

La Métamorphose :

Ce sont des massages qui s'effectuent sur les pieds, les mains et la tête. Le stress, les maladies, les problèmes physiques et psychiques, sont souvent dus à des ruptures entre notre vraie nature et ce que nous vivons au quotidien. La métamorphose tend à réduire cette fracture...De ce fait, nos dissensions internes s'atténuent et finissent par disparaître, ce qui permet de retrouver de bonnes dispositions pour guérir ou déstresser. Elle nous libère et nous permet de trouver des solutions inédites à nos problèmes, ...Elle change profondément notre vision de la vie...

Pour en savoir plus : <http://lametamorphose.net/page/definitions.htm>

Massage Intuitif :

Recevoir un massage intuitif est le moyen de ressentir entièrement ce temple que nous oublions trop parfois.

Le massage est un soin en profondeur qui reconforte les blessures et les mémoires gravées en votre Être depuis l'enfance ou depuis bien plus longtemps, d'ici ou d'ailleurs. Grâce à des mouvements de massages lents et énergétiques, les blocages subtils et physiques sont soulagés et un bien-être intense prend place doucement au rythme des mouvements.

Mes mains, guidées par l'intuition me mènent là où votre corps le réclame.

Le toucher est un sens important, il se donne et il se reçoit, c'est pourquoi se faire masser c'est aussi un pas vers soi et vers l'Amour de ce que l'on Est. Participer à une séance de massage intuitif vous permet de faire un pas vers vous-même, favorisant la réconciliation de votre Être. Ce moment vous permettra de vous Re-connaître et de proclamer votre guérison à l'Univers.

Pour en savoir plus : http://www.b-harmony.com/harmony/massage_intuitif.htm

Pour tous renseignements

Pour tous renseignements **032 729 96 00**
ou sur www.lametamorphose.net

Attention

Vu la richesse des activités proposées, il ne nous est pas possible de publier un programme sur une semaine. Il est donc **indispensable** de se renseigner avant de venir.

Le site Internet.

www.lametamorphose.net sous l'onglet Bateau Bien Etre

propose un agenda où les activités sont proposées dates par dates. Les informations y sont toujours mises à jour.

Vous pouvez également appeler le bureau de la Société de Navigation:

032 729 96 00.

ou à mon numéro personnel

079 353 60 67

E-mail : thp@lametamorphose.net