



## Les grands événements de MARS 2018

**BEST**  
**Bien Être Sur Terre**  
Vendredi 23 mars Concert avec Guillo  
Samedi 24 mars Spectacle Clowns à Réaction  
**Dimanche 25 mars 2018**

Découvertes      Conférences  
Ateliers  
Restauration  
Exposants

**Saucats**  
Complexe culturel et sportif La Roche - 3 Allée Montaigne

[www.bienetresurterre.fr](http://www.bienetresurterre.fr)  
Renseignements & Réservation 06 58 78 12 56

Logos: Soudre, M, C, timeCOM, PEGASE, Biocoop, SAFTI, etc.

Seconde édition de la Journée BEST, organisée par l'association YOGALA33 et le collectif BEST ! Une journée pour découvrir, s'informer, essayer, partager, recycler, profiter, s'adapter...

### Au programme...

(hommes détaillés dans notre prochaine newsletter, inscrivez-vous !)

#### 5 "grandes" conférences :

- Philippe Rousseau (santé, sommeil)
- Nathalie Dard (communication non violente, CNV)
- Marie Cochard (la cabane anti gaspi)
- Christian Bordes (hyperactivité de l'enfant)
- Elise Portes (aromathérapie)

#### 8 "petites" conférences :

- Débuter le zéro déchet
- Comprendre en gèrer ses émotions en naturopathie
- Hypnose
- Plantes médicinales et nature sauvage
- Aquaponie ...

#### 6 séances découverte :

yoga, sophrologie, philo danse, tai-chi chuan, qi gong, pilates)

#### 12 ateliers DIY :

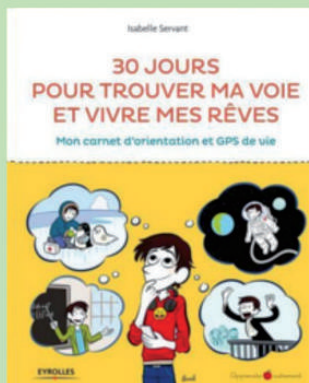
art thérapie, produits ménagers, terre et végétal, laine, cuisine avec les algues...

Restauration (foodtrucks), 50 exposants (bien-être, producteurs bio, solutions alternatives...)

## Aider les jeunes à trouver leur voie

Conférence par Isabelle Servant

conférence proposée par L'académie Internationale de la Non-Violence



"Tout le monde est un génie mais si vous jugez un poisson sur ses capacités à grimper à un arbre, il croira toute sa vie qu'il est stupide" Albert Einstein...

Vendredi 30 mars 2018, 20h

Salle de la Chartreuse Saint André

194-198 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny  
Bordeaux Caudéran

Réervations: Librairie Pégase ou sur le site web :

[www.librairie-pegase.fr](http://www.librairie-pegase.fr)

Tarif unique : 12€

Informations : [marieelkine@gmail.com](mailto:marieelkine@gmail.com)

Isabelle Servant, auteur du livre "30 jours pour trouver ma voie et vivre mes rêves" (Eyrolles, 2015) et "Rêve ta vie, vis tes rêves : 30 clés pour prendre ta place dans ce monde" (Eyrolles, 2018) partagera des clés pratiques pour aider les jeunes (et moins jeunes) à trouver leur voie professionnelle et personnelle!



## Les animations & activités au sein de la Librairie PÉGASE

### VENDREDI 2 MARS

De 18h30 à 20h30 – **LA NUMÉROLOGIE** vous aide dans vos choix, dans vos actions, dans vos doutes pour ne pas aller à contre-courant de vos aspirations profondes. Venez participer à un moment délicieux de compréhension par **Maryline Ganizate, Numérologue Humaniste enseignante et conférencière**.  
Entrée 5 € - Inscription obligatoire au 06.87.73.79.02 - Visitez son site : [numerologie-active.com](http://numerologie-active.com)

### SAMEDI 3 MARS

De 14h à 17h – **ANIMATION en boutique** par un astrologue de l'association « L'Atelier d'Astrologie d'Aquitaine ». Consultation-découverte de 15 minutes = 5 €



De 16h à 18h – **CONFÉRENCE & DÉDICACE « L'aventure que je vais vous partager est universelle, elle raconte la force ignorée qui sommeille en chacun d'entre nous »**, avec **Marine Barnérias**. Le 2 avril 2015, on diagnostique à **Marine**, jeune étudiante hyperactive de 21 ans, une sclérose en plaque (SEP). Le besoin de prendre une décision quant à la prise d'un traitement ou non, l'amène à s'interroger sur une solution à trouver. Elle décide de partir en voyage : « La Nouvelle Zélande sera mon terrain de jeux pour redécouvrir mon corps. En Birmanie, j'irai secouer mon esprit par la méditation. La Mongolie sera l'étape bilan à la rencontre de cette âme souvent délaissée alors qu'elle porte notre mémoire. Dans quel but ? Retrouver mon équilibre que la SEP tente de rompre ». La maladie fait partie de nos vies à tous, diagnostiqués ou pas. Ce sont ces pensées toxiques qui empêchent d'écouter tout ce que notre corps essaie de nous dire sans jamais l'entendre. Marine livre un témoignage poignant qui s'adresse à chacun de nous.  
Entrée libre (places limitées, par ordre d'arrivée)

### MARDI 6 MARS

De 14h à 15h30 – **MÉDITATION GUIDÉE** par **Chadya Gamma**. Je vous invite à entrer dans votre intimité profonde et, avec la lumière existante d'en extraire votre sacré en vue d'une nouvelle conscience au son du tambour. Déroulement : visualisation et relaxation des différents corps ; chant mantrique pour une connexion avec un taux vibratoire puissant ; visualisation du canal antahkarana pour une connexion à la conscience supérieure ; une connexion avec le sacré une sensation d'unité ; écoulement énergétique depuis le canal ; une libre expression des ressentis. **Sur inscription : 07.71.72.48.07 par SMS ou messenger**  
- Participation : 10 €



De 14h à 18h – **DÉDICACE** d'**Isabelle MÉTÉNIER**, auteure de « [Dé]Stresse ! » et de « Histoire personnelle, destinée professionnelle », dédicacera ses livres et répondra à vos questions.

De 18h30 à 20h30 – **CONFÉRENCE : « Travail, famille, génogramme : les liens invisibles »**. **Isabelle MÉTÉNIER**, vous propose de réfléchir à l'influence de notre vie transgénérationnelle sur notre parcours professionnel avec un outil puissant : le génogramme. Jusqu'à quel point le hasard nous guide-t-il à trouver un travail, et en quoi sommes-nous influencés par nos croyances familiales ? Pourquoi une profession semble parfois si « mal choisie » ? Comment retrouver l'envie de travailler, d'entreprendre ? **Infos/Résa : [www.isabellemetenier.com](http://www.isabellemetenier.com) - Tél : 06.48.93.16.55**

### MERCREDI 7 MARS

De 14h à 17h30 – **ASTROLOGIE de connaissance de soi - ANIMATION gratuite en BOUTIQUE**. « Découvrez le Modèle Planétaire de votre Thème ». Il dévoile votre principale clef d'évolution. Par **Marc Le Vacon, Astrologue Holistique et conseiller en Élixirs Floraux**. Approche globale et non divinatoire. Contact : 05.57.29.71.96 - Consultations, cours et articles : [aucoeurdesetoiles.jimdo.com](http://aucoeurdesetoiles.jimdo.com)

## VENDREDI 9 MARS

De 16h à 18h – **ATELIER « Au fil de soi »** par Jenny Bordessoulles, Psychothérapeute, Coach, Énergéticienne. Une rencontre de deux heures, à travers, la relaxation (expression corporelle), le ressenti de l'énergie vitale, le son guérisseur, la méditation guidée pleine présence, et le développement personnel, pour découvrir ses ressources intérieures, acquérir une meilleure connaissance de soi, relier le corps et l'esprit. **Places limitées (8 personnes). Entrée 20 €.** Résa. 06.26.04.10.00 - [www.etreenpleineconscience.net](http://www.etreenpleineconscience.net)

De 18h30 à 20h30 – **CONFÉRENCE « Panorama des médecines traditionnelles en France »** par Florence TOSI naturopathe, co-créatrice du Centre de Naturopathie Naturôme, à Bordeaux. Naturopathie, médecine traditionnelle chinoise et médecine ayurvédique ont des socles communs. Connaître leurs fondements et comprendre comment l'Homme peut optimiser sa vitalité et sa santé grâce à ces médecines ancestrales. Site : [naturome.fr](http://naturome.fr) - Inscription : 05.56.78.25.09 - Entrée : 5 €

## SAMEDI 10 MARS

De 13h30 à 18h30 – **SÉANCE DÉCOUVERTE HYPNOSE**, par Hélène Agnès Orselly « Association Atelier Prendre Soins se Soi ». L'hypnose est un outil qui permet de libérer son émotionnel, d'améliorer ses relations, d'améliorer la confiance en soi et traiter phobie et changement de comportements. L'hypnose permet aussi de se relaxer, de recontacter ses forces. **Séance individuel de 1h, sur rdv - Tarif découverte : 20 €/séance - Tél : 06.11.08.19.62 / [asso.vers.soi@gmail.com](mailto:asso.vers.soi@gmail.com)**

De 14h à 17h30 – **DÉDICACE en boutique** : Frédérique Cervoni, Naturopathe, auteure de « Mon guide des médecines douces »

Conseils d'une naturopathe pour toute la famille. Grâce à une médecine douce et respectueuse de votre organisme, prenez soin de votre santé toute l'année. Découvrez les bienfaits des plantes, de la nature et des médecines alternatives du monde.



De 10h30 à 18h – Sur RDV au 06.07.46.02.43 – **Consultations individuelles** par Patrick Dagorn, guérisseur, initié par des chamans, des guérisseurs, des enseignants tibétains à la voie du Cœur. Comment guérir ? Il n'y a pas de plus beau levier que votre âme. Mais parfois il est important de faire appel au don qui est un don du ciel et qui est dans le cœur des guérisseurs.

De 18h15 à 20h – **Patrick accompagnera ce cercle de guérison**, renouant ainsi avec la tradition perdue des cercles de guérison traditionnels. Il expliquera comment se relier à la source en soi et au grand soleil. « Au cours de cette soirée de nombreuses présences seront là : ancêtres, présences angéliques, fraternité blanche médecine... pour nous permettre de nous relier au grand soleil. Des nettoyages énergétiques seront ressentis. Pour les personnes qui ne peuvent être présentes, possibilité d'intervention à distance (objet personnel ou photo souhaités) ». Tél. 06.07.46.02.43 - Participation libre, toutefois un mini. de 7 € est demandé pour aider aux frais de location de la salle.

## MARDI 13 MARS

De 14h à 16h – **ATELIER « Chemin du RETOUR à SOI : chaque pas à l'intérieur, libère l'extérieur »** par Chadya Gamma, Énergéticienne, Guérisseuse clairvoyante. Je travaille avec vous sur l'intention du groupe et les intentions de chacun. Je vous propose un travail d'introspection pour prendre conscience de l'état d'être du moment et savoir où vous en êtes « sur le chemin du retour à soi ». Chacun tirera une lame majeure du Tarot de Marseille qui sera commentée avec l'éclairage de l'énergie du moment présent. Je mettrai en mots l'énergie touchée/ressentie. Tarif: 20 € - Inscription : 07.71.72.48.07 par SMS. Places limitées



De 14h à 18h – **DÉDICACE de « Solange et les secrets »** par Chantal Feugnet consultante en Métamédecine, Sophro-thérapeute. L'histoire : « Solange souffre d'un mal de vivre, qu'elle découvre suite à un divorce. Le cheminement de Solange révèle au lecteur une méthode pour libérer sa mémoire émotionnelle ! ». Chantal décodera aussi pour vous, un petit rêve, ou si vous préférez elle vous aidera à comprendre ce qui se cache derrière une douleur ou un symptôme. Tél. 06.67.56.94.99 - [www.chantalfeugnet.com](http://www.chantalfeugnet.com)

### MERCREDI 14 MARS

De 18h30 à 20h30 – **CONFÉRENCE « Est-ce qu'un couple peut vivre heureux ? »** par **Maria Cristina BUMBAC**, formatrice de l'école d'hypnose en Conscience et en énergies subtiles. La mécanique de la rencontre d'un couple. Les blessures qui s'activent dans un couple. Comment les transformer ? Y-a-t-il un espoir de vivre en paix et heureux, un jour ? **Entrée 5 €**. **Inscriptions au 06.73.13.01.22**.  
**Site : <http://ecole-hypnose-en-conscience.fr>**

### VENREDI 16 MARS

De 13h30 à 15h30 – **CONFÉRENCE/ATELIER « L'âme et le lien Corps Esprit/Esprit Corps »**. Par **Michaël ILLOUZ**, ostéopathe et **Énergie du Tao** & **Sylvie GUERIN**, sophrologue. Apprendre à faire un diagnostic dans la totalité de son être, Âme, Corps et Esprit. Définir les blocages. Faire les liens avec les émotions et les événements de vie pour comprendre le lien causal entre le corps, l'âme et l'esprit. Corriger les problématiques. **Entrée : 5 € – Résa : 06.63.00.59.61 - [www.itsem.fr](http://www.itsem.fr)**

De 16h à 18h – **CONFÉRENCE « Devenez votre « voyant » et votre coach personnel ! »**. L'Oracle de la Triade - **Marie Castagnera**, enseignante en **tarologie**. Nous sommes tous voyants, clairvoyants, médiums, mais nous l'ignorons. Chacun en fera l'expérience avec un tirage en coupe individuel, puis, je délivrerai le message que chacun de vous s'est adressé à travers cet oracle. Conférence de présentation de stages à venir - **Entrée 5 €**. **Réservation [marie.castagnera@gmail.com](mailto:marie.castagnera@gmail.com) – [www.monoracle.com](http://www.monoracle.com)**

### SAMEDI 17 MARS

De 11h à 18h30 - **Ghislaine : Médium, thérapeute, magnétiseur**. Vous souhaitez connaître votre avenir ? Réussir vos objectifs ? Dépasser certains événements ? Vous pouvez réussir ! Je vous montrerai le chemin même si celui-ci ne semble pas simple car il existe toujours une solution. Vous avez besoin de sortir d'un dilemme moral (rupture, deuil, sentiment d'échec, etc.), d'une douleur physique ? Je pourrai vous soulager et vous aider sur le chemin de la guérison. **Entrée : 60 €/1h**. **Inscriptions 06.15.29.16.93**

De 11h à 12h30 – **CONFÉRELIANCE**, par **Véronique Martinez**, avec les Être de Lumière en Canalisation - **Entrée :7 €**  
**A 14h – MESSAGES CANALISÉS**. **Véronique Martinez** canalise en direct des messages pour vous. **Inscription Obligatoire**. **Places limitées**. **20 € - Renseignements et inscriptions au 06.09.99.01.89 - [www.lasourcedesmerveilles.com](http://www.lasourcedesmerveilles.com)**

### MARDI 20 MARS

De 14h à 15h30 – **MÉDITATION GUIDÉE** par **Chadya Gamma**. Je vous invite à entrer dans votre intimité profonde et, avec la lumière existante d'en extraire votre sacré en vue d'une nouvelle conscience au son du tambour. Déroulement : visualisation et relaxation des différents corps ; chant mantrique pour une connexion avec un taux vibratoire puissant ; visualisation du canal antahkarana pour une connexion à la conscience supérieure ; une connexion avec le sacré une sensation d'unité ; écoulement énergétique depuis le canal ; une libre expression des ressentis. **Sur inscription : 07.71.72.48.07 par SMS ou messenger**  
**- Participation :10 €**

### VENREDI 23 MARS

De 15h30 à 18h30 – **NUMÉROLOGIE - ANIMATION** gratuite en BOUTIQUE « Comment mieux se comprendre à travers les nombres ? » par **Maryline Ganizate**, **numérologue humaniste et enseignante**. Venez découvrir votre chemin de vie et votre année personnelle. **Animation-découverte gratuite**.  
**Inscriptions : 06.87.73.79.02**

**De 18h30 à 20h30 – CONFÉRENCE « De la peur... à l'Amour ! »**

par **Dominique Bouilly & Hélène Friart-Lamourette.**

Pourquoi sommes-nous aussi incapables d'aimer ? Peut-on aimer sans souffrir ? Nous vous proposons une nouvelle lecture de la relation à partir de la vision du Tantra, cette voie de transformation spirituelle qui nous vient de l'Inde.

**Dominique Bouilly :**

Ostéopathe, Tantra-Méditation, Massage holistique & indien cachemirien -

[www.tantra-nature.com](http://www.tantra-nature.com) - Tel 06.11.50.32.34

**Hélène Friart-Lamourette :**

Sexothérapeute - Psychopraticienne - Tantra. [www.tantra-bordeaux.fr](http://www.tantra-bordeaux.fr)

Entrée : 9 € - inscriptions obligatoires au 06.86.74.16.54 - places limitées

**SAMEDI 24 MARS**

**De 11h à 13h – CONFÉRENCE - « Comment écouter sa petite voix ».** La seule voix à laquelle nous pouvons avoir confiance est notre voix intérieure. Mais qu'est ce que notre voix intérieure ? Comment la distinguer ? allons à la découverte de nos ressentis pour retrouver confiance en soi. Proposé par **Jenny Bordessoulles**. Entrée 5 € Réservation 06.26.04.10.00 - [www.eteenpleineconscience.net](http://www.eteenpleineconscience.net)

**De 13h30 à 15h30 – CONFÉRENCE - « Se nourrir au printemps pour permettre le réveil de la vitalité (le Foie) en respectant les besoins de son corps ? »** par **Christine Charles-Ducros, diplômée en Médecine Traditionnelle Chinoise**. Formatrice en cuisine, elle lie ses connaissances en diététique chinoise avec notre culture gastronomique française. Auteure de 13 livres de cuisine, en lien avec les saisons et l'énergie : une alimentation bioénergétique végétarienne. Entrée 3 €. Entretiens en rééquilibrage alimentaire sur rendez-vous. Contact 06.08.21.53.12 - [www.tmecuisinemtc.blogspot.fr](http://www.tmecuisinemtc.blogspot.fr)

**De 16h à 18h – CONFÉRENCE - « L'inconscient et moi »** par **Philippe BLASQUEZ, psychanalyste**. Découvert par Freud au début du XXème siècle, l'inconscient reste mystérieux. Il serait un autre nous qui nous est inconnu et qui s'exprime par l'intermédiaire des rêves, lapsus, actes manqués. Notre intuition et nos ressentis les plus profonds proviendraient également de notre inconscient. Entrée : 5 € - Inscriptions au 06.12.66.93.07 ou à [psycho.blazquez@free.fr](mailto:psycho.blazquez@free.fr) – [www.philippeblazquezpsychanalyste.com](http://www.philippeblazquezpsychanalyste.com)

**MARDI 27 MARS**

**De 14h à 15h30 – MÉDITATION GUIDÉE** par **Chadya Gamma**. Je vous invite à entrer dans votre intimité profonde et, avec la lumière existante d'en extraire votre sacré en vue d'une nouvelle conscience au son du tambour. Déroulement : visualisation et relaxation des différents corps ; chant mantrique pour une connexion avec un taux vibratoire puissant ; visualisation du canal antahkarana pour une connexion à la conscience supérieure ; une connexion avec le sacré une sensation d'unité ; écoulement énergétique depuis le canal... inscription : 07.71.72.48.07 par SMS ou messenger : 10 €

**MERCREDI 28 MARS**

**De 18h30 à 20h30 – CONFÉRENCE : « L'Énergétique chinoise du ventre »** par **Yvan WEMAËRE, praticien certifié**. Le CHI NEI TSANG est une très ancienne pratique d'énergétique chinoise taoïste du ventre (2500 ans). Il optimise le fonctionnement des organes internes favorisant ainsi des transformations sur les plans physique et psychologique tout en agissant positivement sur tous les systèmes vitaux du corps. Il facilite également la « digestion émotionnelle » de chocs émotionnels récents ou lointains. Séances Bordeaux et Gujan-Mestras : [www.yvan-wemaere.com](http://www.yvan-wemaere.com) - Inscription au 06.03.77.95.43 - Entrée 5 €

**JEUDI 29 MARS**

**De 14h à 18h30 – TAROT ANIMATION gratuite en BOUTIQUE « Découvrez votre énergie du moment grâce à une carte du Tarot »** avec **Sophie Brarda, analyste en psychologie des profondeurs et tarologue**. Séance individuelle sur rdv : 30mn à 30 € pour faire le point et trouver des réponses à diverses questions (travail, famille, sentiments, relations, carrière, finances, santé). Approche humaniste et non divinatoire. Contact 06.26.19.17.47. Site : [www.sophiebrarda.com](http://www.sophiebrarda.com)

SAMEDI 31 MARS

De 11h à 13h – **EXPOSÉ-PRATIQUE** sur « **Les ondes électro-magnétiques, amies ou ennemies de la vitalité ?** » par **Véronique Lacauste (Naturopathe-Vitaliste) & Catherine Villéger (diagnostiques des ondes électromagnétiques)**. C'est quoi les ondes E.M. ? Comment peut-on les mesurer et pourquoi ? Quels sont leurs effets sur la santé ? Comment s'en prémunir ? - Sites : [naturopathie-autonome.jimdo.com](http://naturopathie-autonome.jimdo.com) & [www.ondorama.com](http://www.ondorama.com) - Entrée : 5 € - Inscriptions : 05.57.29.71.96 ou [ondorama33@gmail.com](mailto:ondorama33@gmail.com)

De 13h30 à 15h30 – **CONFÉRENCE** « **Et si vous passiez une journée puis une année incroyable?** ». Si vous lisez ces lignes et venez à cette conférence vous comprendrez pourquoi vous êtes là ou vous êtes et ce qui vous arrive vous arrive... Vous êtes le Lieu et le Lieu est en Vous. Vous êtes un géorganisme avec de multiples interactions que nous allons bio et géodécoder, puis transformer, par **Vincent LEBAS, Biodynamiste, Géobiologue**. Entrée 10 € - Contact & réservation au 06.50.73.70.40

De 14h à 18h30 – **TAROT Animation gratuite en BOUTIQUE** par **Valérie Lainé, Tarologue, numérologue, enseignante de Kundalini Yoga**, répondra à une de vos questions (amour, travail, argent, santé...) avec le merveilleux outil qu'est le Tarot de Marseille. Durée : 10 mn. Au plaisir de vous rencontrer ! Valérie Lainé : 06.61.18.28.06 - Site : [tarots33.net](http://tarots33.net)

De 16h à 18h – **CONFÉRENCE** « **Quelle définition donner à la Médecine Traditionnelle Chinoise ?** » par **Hélène Clo, Énergéticienne en médecine chinoise - Diplômée de l'école de la SFERE – Certifiée par l'Hôpital de Pékin**. Approche globale qui relie corps, émotions, esprit : climat, alimentation, émotions, environnement... ont une influence sur le Qi (l'énergie) qui circule dans nos organes. Un excès ou une déficience dans l'un d'entre eux peut influencer l'harmonie générale de notre santé. Découvrons, au long de l'année, les liens et interactions qui existent entre nos organes (foie, poumons, reins...). De la théorie nous basculerons sur la pratique de l'auto-massage. Apprenez à soulager vos douleurs, avec quelques points d'acupuncture, en cas de migraine, maux d'estomac, douleurs lombaires etc... Premier atelier sur « les 5 éléments » (mouvements) indispensable pour la circulation de l'énergie dans notre corps et déjà la connaissance de quelques gestes pour vous aider dans votre quotidien. Tarif découverte : 35 €. Inscription au 06.87.32.16.64 ou [soinsdechine@gmail.com](mailto:soinsdechine@gmail.com) - Site : [www.heleneclossoinsdechine.com](http://www.heleneclossoinsdechine.com)

En avant-première !

Rentrée 2018, venue de Lise Bourbeau à Bordeaux, le 21 Septembre !

CONFÉRENCE-ATELIER EXCEPTIONNELLE

**LISE BOURBEAU**

« **Comment créer sa vie dans le monde d'aujourd'hui ?** »

Seulement  
**4 dates**  
en France!

**LILLE**  
14 Sept. 2018

**LE MANS**  
16 Sept. 2018

**BORDEAUX**  
21 Sept. 2018

**AIX-LES-BAINS**  
23 Sept. 2018



Informations et réservation exclusivement sur [www.lisebourbeau2018.com](http://www.lisebourbeau2018.com)