

VOUS POUVEZ CHOISIR ENTRE L'UN
DE CES 2 GROUPES POUR VOUS INSCRIRE

1^{er} GROUPE

Les mercredis, de 14h à 17h

- 8 janvier 2020
- 22 janvier 2020
- 19 février 2020
- 4 mars 2020
- 25 mars 2020
- 29 avril 2020
- 20 mai 2020
- 10 juin 2020
- 24 juin 2020

2^e GROUPE

Les samedis, de 9h à 12h
et quelques vendredis
de 18h00 à 21h

- samedi 4 janvier 2020
- samedi 24 janvier 2020
- samedi 22 février 2020
- samedi 14 mars 2020
- samedi 11 avril 2020
- vendredi 8 mai 2020
- samedi 23 mai 2020
- samedi 13 juin 2020
- vendredi 26 juin 2020



MODALITES

Chaque groupe sera constitué de
minimum 10 participants (max. 12).
Chaque session de 3h : 85 €

Un acompte de 250 €, non
remboursable en cas d'arrêt,
validera votre inscription et sera
défalqué des dernières sessions.

Acompte à verser sur le compte :
BE 59 7320 1577 9426 au plus tard
le 15 décembre 2019.
Communication : groupe de votre
choix.

Les ateliers auront lieu au centre
HOMEOSTASIA, Rue du Bultia 79
6280 Gerpinnes

CONTACT

Sonia Verardo
0476 480 835
soniaverardo@hotmail.com

LÂM EN À CORPS PRÉSENTE : DANCE & TERRE'HAPPY®

' Le corps est un pinceau qui dessine la vie
au gré des pensées ; les couleurs qu'il utilise s'appellent
les émotions ; les outils qu'il transforme
se nomment expériences. ' Sonia Verardo



Le corps, merveilleux réceptacle sacré aide l'âme à s'imprimer dans la matière. Il est le reflet de nos expériences, de nos blessures, de nos peurs, de nos regrets. Mais également, parfait reflet de nos joies, passions, sensations, émotions.

Il se fait lumière, équilibre, harmonie quand il est sublimé. Il se fait douleur, maladie et mal-être quand il ne peut s'exprimer. Il se façonne, se construit, se rigidifie, se courbe, ... en fonction de nos apprentissages. Les états d'âme le personnalisent.

Le corps se libère par le mouvement. L'énergie qui retrouve de la sorte un espace, peut accentuer le processus de reconstruction de l'image de soi, du corps et de l'esprit. Ces trois concepts, lorsqu'ils sont alignés au centre du cœur, déploient la vivacité, la passion, la motivation d'incarner pleinement son corps et d'y respirer la vie.

Les conséquences en sont multiples : le plaisir d'être dans ce corps, être à l'aise en toutes circonstances, oser être soi et

prendre sa place, connaître les limites de son espace et celui de l'autre, s'affirmer, retrouver l'estime de soi, s'affranchir de nos peurs, se libérer de nos croyances limitantes, ...

Véritable travail de développement personnel, ces sessions ont pour objectifs principal de vous reconnecter au corps, en y incluant sa dimension spirituelle. Grâce à des méditations, de la danse comme Terre'Happy, des exercices de psychothérapie, la transformation peut avoir lieu.

Le corps, l'âme et l'esprit retrouvent la possibilité d'exprimer leur potentiel et de se réaccorder à leur mission de vie.

Redonner un sens à sa vie en reprenant place dans son corps. Retrouver la notion de plaisir et l'exporter en chaque circonstance. Les hautes fréquences vibratoires créées vous sortent des scénarios répétitifs qui vous encombrant, de vos routines et monotonies quotidiennes. Les non-dits exprimés changent l'orientation de votre roman personnel.



Le corps pour comprendre ses blocages, ses croyances, ses blessures ; le mouvement par la danse pour les dépasser ; les méditations pour vous réaligner à votre souffle de vie ; les exercices de psychothérapie pour vous dépasser.

OSEZ, VENEZ ET ENTREZ ENFIN DANS VOTRE VIE.

PRÉSENTATION

Mes formations en Kinésithérapie, en thérapie somato-émotionnelle et énergétique, en constellation familiale et en kinésiologie ainsi que ma passion pour la danse ont trouvé un écho favorable à la création de ces sessions d'épanouissement personnel à travers le langage du corps. Formatrice en soins énergétiques et massages des blessures de l'être, ces séances sont le prolongement des vibrations innées et acquises.

PRÉLIMINAIRE

3 rendez-vous '**découverte et information**' sont programmés :

- Le vendredi 15 novembre 2019, de 19h à 21h
- Le samedi 16 novembre 2019, de 9h à 11h
- Le samedi 7 décembre 2019, de 9h à 11h

Une rencontre, entièrement **gratuite**, juste pour le plaisir de vous découvrir sous un autre regard.

Un nombre maximal de participants est cependant requis. Il est donc nécessaire de vous inscrire au préalable, via l'adresse mail (soniaverardo@hotmail.com) ou par téléphone (**0476 480 835**). Vous pouvez également contacter le secrétariat du centre HOMEOSTASIA (**0479 16 23 21**).

ET ENSUITE

À partir de janvier 2020, à raison d'un **rendez-vous toutes les trois semaines**, ce groupe de **DANCE & TERRE'HAPPY**® devient un espace de ressourcement, de développement personnel, où le travail intérieur, en entraînant une véritable purification des couches auriques et donc, du corps physique, élève vos fréquences vibratoires, transforme vos systèmes de pensées, de croyance, affirme la place que vous voulez prendre dans ce monde et vous libère physiquement et émotionnellement.

Ces sessions sont ascensionnelles. Elles ont besoin de votre **Présence** et de votre **Engagement** actif. Je vous demanderai d'être présent à chaque module, car ils contiennent tous un potentiel d'élévation spirituelle.

