

Ateliers 2020 2021

Brain Gym

Découvrez les mouvements qui vous font du bien et retrouvez le contact avec votre corps

Brain Gym et Aroma

Découvrez les bienfaits des mouvements Brain Gym et des huiles essentielles et repartez avec votre préparation.

Aroma

Découvrez les bienfaits des huiles essentielles et repartez avec votre préparation.

Durée : 3 heures. Coût : 30 €.

Pratique de Brain Gym

Découvrez et initiez-vous aux mouvements qui permettent de développer motricité, concentration, compréhension et sérénité et ainsi d'être plus efficace dans vos activités,

2020

11 sept. - 9h-12h
Ou 12 sept. - 14h-17h

Circulation veineuse

Retrouvez le confort d'une bonne circulation sanguine et lymphatique.

Mars 2021

Le monde des odeurs

Découvrez et expérimentez le monde subtil des odeurs avec les huiles essentielles et fabriquez votre parfum.

Fév. 2021

Mon sommeil et moi...

Comment retrouver un sommeil réparateur et bienfaisant.

2021

5 fév.-9h-12h
ou 6 fév.-9h-12h

Confiance en soi

Retrouver confiance en soi pour s'exprimer plus facilement, être plus à l'aise au sein d'un groupe, prendre la parole...

2020

27 nov.- 9h-12h
ou 28 nov.- 14h-17h

Ecoute et concentration

Optimiser son écoute, sa concentration et compréhension pour être plus efficace dans son travail, ses devoirs, révisions, examens...

2020

23 oct. - 9h-12h
ou 24 oct. - 14h-17h

Gestion du stress

Rééquilibrez votre énergie, vos émotions pour retrouver sérénité, calme, motivation et dynamisme.

Mars 2021

Trousse de secours

Pour soigner les bobos du quotidien.
Pour partir en vacances plus sereinement.

2021

22 janv.-9h-12h
ou 23 janv.-14h-17h

Gestion de la douleur

Douleurs et inflammations musculaires ou articulaires : comment les calmer ou s'en débarrasser naturellement.

Mai 2021

Renforcer son immunité...

... pour être en bonne santé toute l'année
Découvrez les propriétés anti-infectieuses et protectrices des huiles essentielles.

2020

18 sept. - 9h-12h
ou 19 sept. - 14h-17h

Avoir une belle peau

Comment prendre soin de sa peau à tout âge et naturellement.

Juin 2021

Hygiène intestinale

Retrouvez confort intestinal et un meilleur fonctionnement de votre système digestif.

Juin 2021

Stages

Certifiés Brain Gym France

Brain Gym 104 : la découverte des 26 mouvements

19-20 oct. 2020

Apprenez à pratiquer les 26 mouvements de Brain Gym pour accéder plus facilement à l'apprentissage et améliorer vos performances, votre posture, vision, écoute, capacité à avancer et à exprimer vos possibilités. Un stage résolument concret pour une pratique autonome et immédiate des activités de Brain Gym à la maison.

Durée : 2 jours. Coût : 200 €.

Brain Gym et Ecole

18-19 août 2021

Un stage résolument concret pour une pratique autonome et immédiate des activités de Brain Gym en classe ou à la maison. Apprentissage des 26 mouvements pour un public enfant et/ou en groupe.

Durée : 2 jours. Coût : 200 €.

Formation

Certifiés Brain Gym France

Brain Gym 1 et 2

avril ou juillet 2021

Le Brain Gym est le 1er stage d'Éducation Kinesthésique, approche simple et éducative qui permet, à l'aide de différentes techniques, d'améliorer sa posture, sa vision, son écoute, sa capacité à avancer et à exprimer ses possibilités. Lors de cette formation, nous apprenons, entre autres, à pratiquer les 26 activités Brain Gym, à observer la façon dont notre corps réagit au stress et à nous équilibrer.

Durée : 4 jours. Coût : 400 €.

Inscription obligatoire en retournant le coupon ci-dessous par mail, SMS ou courrier.

Pour tous renseignements contactez-moi.

Nom et prénom :

Téléphone et mail :

Atelier, stage ou formation choisi(s) et date :

Pour qui ?

Ateliers :

Enfants de + de 6 ans (*selon thématique*)
Adolescents, Adultes, Séniors.

*Déplacements possibles
pour intervention extérieure (sur devis) :*
Salariés d'entreprise,
Etablissements de formation, Enseignement.....

Stages - Formations :

Adultes +18 ans

*Déplacements possibles
pour intervention extérieure (sur devis) :*
Etablissements de formation, Enseignement...

Consultation individuelle :

Pour un travail individualisé et en profondeur.
Education Kinesthésique-Brain Gym
Aromathérapie
Harmonisation Globale
Access Bars
Massage des 5 continents

Durée 1h - Coût 50€

Tout public

Certifiée



Accompagnante en Education Kinesthésique®
Animateur Brain Gym®



Aromathérapie - Hydrolathérapie



**FLEUR
DORMOY**

ACCOMPAGNANTE EN DÉVELOPPEMENT DU BIEN-ÊTRE

La Fontainoise
5 Rue des frères Paquet
21121 Fontaine Lès Dijon

06.85.62.28.70

fleur.dormoy@gmail.com

www.fleurdormoy.fr

Programme 2020-21

Ateliers
Stages
Formations

"Être bien, être soi"



**FLEUR
DORMOY**

ACCOMPAGNANTE EN DÉVELOPPEMENT DU BIEN-ÊTRE

EDUCATION KINESTHESIQUE-BRAIN GYM
AROMATHERAPIE
HARMONISATION GLOBALE
ACCESS BARS
MASSAGE DES 5 CONTINENTS