

Les actualités de Fleur Septembre 2023



En bref...

Découvrez les prochains Ateliers-Stages – Formations

- **Ateliers thématiques**
Système immunitaire : jeudi 12 octobre ou lundi 16 octobre 14h-17h
- **Atelier « Le monde des odeurs »**
Jeudi 16 novembre ou Lundi 20 novembre 2023 – 14h-17h
- **Les cycles**
 - **Découverte de l'énergie et du magnétisme**

Prochains cycles en février.
Inscriptions dès maintenant.

Se préparer à l'arrivée de l'automne

L'équinoxe d'automne pour nous préparer au changement de saison en douceur.

Je vous souhaite une très belle rentrée.

Plus d'informations ci-dessous...

ATELIERS - STAGES - FORMATIONS

Tous les Ateliers sont accessibles à tous. Infos et inscriptions au 06.85.62.28.70.

Ateliers thématiques.

3 heures pour découvrir, comprendre un thème et ses problématiques et aborder des solutions. 40 euros.

Système immunitaire : jeudi 12 octobre ou lundi 16 octobre 14h-17h

Système digestif : en décembre - La femme, Le stress en 2024



Atelier « Le monde des odeurs ».

Jeudi 16 novembre ou Lundi 20 novembre 2023 – 14h-17h - 40 euros.

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

Une partie découverte : odorat, olfaction, à quoi sert notre nez ? ... avec plusieurs olfactions.

Une partie pratique par la réalisation d'une préparation à base d'huiles essentielles avec laquelle vous repartez.



Stage découverte de l'aromathérapie.

1 journée pour découvrir comment utiliser l'aromathérapie au quotidien – 100 euros - en 2024

Comprendre le corps et ses systèmes. Découvrir les bienfaits des huiles essentielles, leur application et repartez avec votre préparation. *Une partie théorie et une partie pratique.*



Les cycles d'ateliers

Un atelier par mois. 40 euros l'atelier.

⇒ Cycle Découverte de l'énergie et du magnétisme.

5 ateliers, un atelier par mois. Engagement pour 5 mois.

3 groupes, au choix : de 14h à 17h

Les lundis - Les jeudis - Les samedis

Prochains cycles en février.
Inscriptions dès maintenant.

Les ateliers Découverte de l'énergie vous familiarisent au monde de l'énergie et à la pratique du magnétisme pour vous initier à découvrir, expérimenter et ressentir les énergies autour de vous et en vous. Venez apprendre à soulager, pour vous et votre famille, les problématiques liées à un ralentissement de la circulation de l'énergie : fatigue, douleurs, problèmes de peau...



Tarifs à compter du 1^{er} octobre :

Harmonisation / magnétisme	60€
Massage Pur Bonheur / Access Bars	70€

Se préparer à l'arrivée de l'automne

L'automne est une saison qui ne passe pas inaperçue : les feuilles se chargent de mille couleurs, les arbres se transforment, les températures baissent... Et durant cette période automnale, l'équinoxe a lieu.

L'équinoxe est le moment de l'année où le jour est équivalent à la nuit. A ce moment-là et juste sur vingt-quatre heures, les deux hémisphères de la Terre reçoivent la même quantité de lumière. Dans notre hémisphère, l'équinoxe d'automne sonne le début d'une nouvelle saison. En cette année 2023, l'été prendra ainsi fin le samedi 23 septembre, laissant la place à l'automne.

Ce que l'on perd concrètement, c'est la lumière. L'équinoxe d'automne marque en effet le temps de la transition vers la période sombre et la fin des jours faciles et abondants de l'été. **On garde donc à l'esprit à cette période que la vie est précieuse et qu'il faut la chérir et la préserver.** L'heure n'est en effet plus à l'abondance mais aux choix rationnels : il faut faire la part des choses en ce qui nous est nécessaire et ce dont on peut se passer.

L'équinoxe est un temps d'ÉQUILIBRE, accord parfait entre saison claire et saison sombre.

C'est un temps de GRATITUDE envers la Terre-Mère pour la nourriture l'abondance des récoltes de l'été et les dernières à venir avant les gelées.

C'est aussi un temps de PAUSE entre effervescence de l'été et calme de l'hiver.

Tout comme la sève des arbres redescend tranquillement dans les profondeurs, **l'automne nous invite à retrouver notre maison, notre intérieur et d'y créer un espace accueillant et clair.** Il nous invite à nous recentrer sur nous en douceur afin d'être prêt à affronter la rigueur hivernale.

Je vous convie à célébrer l'équinoxe d'automne selon votre envie...

Une contemplation du lever et du coucher du soleil pour savourer l'équilibre parfait du moment.

Un repas partagé pour fêter l'abondance dans la convivialité.

Une promenade sous les arbres pour observer, se connecter, nourrir nos sens et faire une pause.

Et en ce mois de septembre je vous invite à **préparer votre corps au changement de saison...**

Détoxifiez votre foie afin qu'il soit en pleine forme pour affronter l'hiver : 1 goutte d'huile essentielle de Romarin à Verbénone ou d'Essence de Citron directement sur le foie (juste en dessous des côtes coté droit) une fois par jour pendant 21 jours et boire beaucoup d'eau pendant cette période. Un massage drainant en complément s'avère souvent bénéfique.

Boostez votre immunité ainsi que tous vos systèmes : compléments alimentaires, alimentation saine et équilibrée. Mangez des fruits et des légumes de saison riches en **minéraux et en vitamine C**. Continuez à engranger la **vitamine D** en profitant de cette belle lumière qui diminue, 15 minutes par jour d'exposition suffisent, aux heures les moins chaudes.

Ce que je vous propose :

- **Ateliers thématiques : Système immunitaire** : jeudi 12 octobre ou lundi 16 octobre 14h-17h
- **Massage Pur Bonheur** : massage énergétique **détoxifiant et énergisant, permettant de fortifier ses systèmes.**
- **Harmonisation** : pour restaurer l'Harmonie en soi et avec son environnement, **rééquilibrer les systèmes.**
- **Magnétisme** : pour nettoyer et **rééquilibrer les énergies.**



**FLEUR
DORMOY**

La Fontainoise • 5 Rue des frères Paquet • 21121 Fontaine Lès Dijon
06.85.62.28.70 • fleur.dormoy@gmail.com • www.fleurdormoy.fr