

Kalyana

Espace bien-être
et santé au naturel

ENVIES & DÉCOUVERTES

DÉCOUVREZ NOTRE PROGRAMME
BIEN-ÊTRE ET SANTÉ AU NATUREL
2024-2025

Espace KALYANA
8 RUE AMPÈRE - 56550 BELZ
02 90 74 90 97



Durant 10 mois et **au fil des saisons**, partez à la découverte de votre **moi intérieur**.

Nos intervenants **vous accompagnent** à travers **des ateliers divers et variés** pour vous **reconnecter à vos envies**.

Vos Intervenants :



Gwenaële Prédi :
Naturopathie, Relaxation, Qi Gong



Stéphanie Goumas :
Hypnose évolutive, PNL



Aline Tavaglione :
Réflexologie combinée



Philippe Gouel :
Biorésonance - Magnétisme - Bioénergie



Sophie Hourdel :
Sophrologie



Sarah Dekkar-Rampon :
Eft - Reiki - Communication animale -
Comportement félin et canin - Lecture d'oracles

Votre Adhésion :

10 bulles pour 5 mois : 100 €
20 bulles pour 10 mois : 200 €

Il est possible d'acheter une bulle à l'unité 15€ et aussi réaliser des cartes cadeaux et de parrainer vos proches !

Les Bulles de Kalyana

Les bulles de Kalyana est un **programme d'ateliers** proposant des thèmes autour de **la santé au naturel** animés par notre équipe d'intervenants professionnels du bien-être.

A partir du mois de septembre jusqu'à juin, les ateliers auront lieu les samedis, et les mercredis après-midi (hors période scolaire).

Comment faire ?

- 1) Choisissez la formule de votre adhésion : 10 ou 20 bulles, chacune correspondant à 1 heure d'atelier.
- 2) Répartissez vos bulles entre les différentes thématiques qui vous intéressent sur une période de 5 mois renouvelables.
- 3) Contactez nous pour valider votre adhésion et l'inscription aux ateliers choisis.

Les ateliers sont annulés si le nombre de participants est insuffisant, le minimum requis est de 3 personnes.

CONTACTEZ-NOUS



Kalyana Morbihan



espacekalyana56@gmail.com



02 90 74 90 97 - 06 88 07 71 68

Les Bulles de Kalyana

DES ATELIERS AUTOUR DE LA SANTÉ
AU NATUREL ET DU BIEN-ÊTRE

Septembre

En Route

- 14.09 : Je prépare en douceur ma détox d'automne °
- 21-09 : Je découvre mon énergie vitale, j'en prends soin °°
- 25-09 : Je découvre la Sophrologie, respiration et détente *
- 28-09 : Je visualise mes projets grâce à l'hypnose °

Octobre

Je communique

- 05.10 : J'accueille et apaise les émotions de mon enfant grâce à la réflexologie #
- 09-10 : Je communique et tonifie l'énergie de mes poumons grâce au Qi Gong **
- 12-10 : Je découvre la communication animale *
- 16-10 : Atelier sophro Enfant - je gère ma colère °
- 19-10 : J'améliore mon écoute et m'ouvre à Ho'oponopono*

Novembre

Je me recentre

- 06.11 : Je stimule ma concentration avec la sophrologie *
- 13.11 : Je trace, je relie, me recentre et fais appel à ma ** créativité
- 16-11 : Je découvre la numérologie en calculant mes nombres personnels °
- 20-11 : Tamalou ? Pose tes mains *
- 30-11 : Je découvre les fabuleux pouvoirs du pendule *

Décembre

Je suis bien chez moi

- 04-12 : Je m'ancre et suis présent(e) à moi même - Sophro*
- 07-12 : J'aménage judicieusement mon habitat avec le Feng Shui °°
- 11-12 : Je découvre les pouvoirs olfactifs des huiles essentielles pour me sentir bien chez moi *
- 14-12 : Je me mets en mode cocooning avec Hygge °°

Janvier

Je relâche la pression

- 11-01 : Je découvre les conseils en naturopathie pour réduire le stress et améliorer mon sommeil °°
- 15-01 : Je lâche prise avec la sophrologie *
- 18-01 : Je m'apaise et améliore mon sommeil avec la réflexologie combinée #
- 22-01 : Calme ta joie... certainement pas ! J'apprends à dire non avec l'EFT *
- 25.01 : Je laisse mon intuition s'exprimer avec la peinture inspirée °°

Février Je prends soin de moi et de l'autre

- 05.02 : Je renforce mon foie et libère ma vésicule biliaire grâce au Qi Gong **
- 08-02 : L'empathie, ça s'apprend ? Je ressens l'énergie de l'autre avec les oracles °°
- 26.02 : Je chasse la fatigue et j'active ma vitalité grâce à la Sophrologie *

Mars

Le monde animal

- 01.03 : Je déploie mes ailes et je prends de la hauteur avec l'hypnose °
- 15.03 : Je me comporte comme un chat pour vivre mieux mon quotidien °
- 19.03 : Je m'initie aux énergies des animaux pour améliorer et fluidifier ma force vitale grâce au Qi Gong **
- 29.03 : Je découvre mon animal totem

JOURS ET HORAIRES

Samedi 11- 12 h °

Mercredi 15- 16 h *

Samedi 14- 16 h °°

Mercredi 15- 17 h **

Samedi 14- 15 h #

Avril

Le jardin

- 02-04 : J'ouvre son jardin intérieur en respirant Qi Gong méthode statique *
- 05-04 : Je développe mon jardin intérieur avec l'hypnose °
- 26-04 : Et si j'essayais l'électro-culture °
- 30-04 : Je profite des plantes qui m'entourent et j'en fais des alliées pour ma santé *

Mai

Ca circule

- 07-05 : J'apaise mon cœur et favorise la circulation du sang avec le Qi Gong **
- 14-05 : Je prends du recul grâce à la Sophrologie *
- 17-05 : Je découvre le secret des chakras °°
- 24-05 : Je sème les graines de la confiance en moi avec l'hypnose °
- 24-05 : Je favorise la vitalité et le drainage avec la réflexologie #

Juin

Laissez parler la nature

- 04-06 : Je découvre les pouvoirs des jus de saison et je me régale *
- 14-06 : J'expérimente la création d'un mandala nature °°
- 18-06 : Je redécouvre mes sens avec la Sophrologie *
- 21-06 : Je joue, je laisse libre cours à ma spontanéité naturelle °°

Voyages sonores possibles
toute l'année sur demande

INSCRIVEZ-VOUS

POUR REJOINDRE LE PROGRAMME 2024-2025 :

✉ espacekalyana56@gmail.com

📍 Kalyana Morbihan