

ATELIER NATURE ET SONOTHÉRAPIE

CYCLE des SAISONS

Co-animé par Muriel BERTHE, Coach MétaNature
et
Claire CARREAU, Sonothérapeute



PROGRAMME

Le printemps, cette saison qui fait redémarrer la vie progressivement du sous-terrain vers le dehors, qui réveille la Terre endormie, qui nous donne envie de bouger, changer, entreprendre de nouveaux projets.

Cette saison qui remet de l'énergie dans notre corps, notre vie, qui nous éveille à nous-même.

Nous vous proposons de vous préparer à son arrivée en ...
Alternant marche et méditation...

Vous découvrirez au détour de la nature et des sons :

- Le principe de résonance vibratoire
- Les bienfaits du son et de la nature sur la santé
- Le principe d'harmonisation des fréquences

Vous expérimenterez :

- La multi-sensorialité
- La dynamique du mouvement
- L'énergie des arbres
- L'enveloppement sonore

DIMANCHE 2 Avril 2023 de 9h30 à 12h30

Lieu du RDV : Entrée de l'Arborétum de Paris - 50 route de la Pyramide, 75012

Tarif : 50€ / pers

Uniquement sur réservation - Minimum 6 personnes jusqu'à 10 personnes

Inscription obligatoire auprès de Claire

par mail: claire.carreau@gmail.com ou Tél: 06 61 67 02 50

Qui sommes-nous ?

Claire accompagne depuis plus de 15 ans les personnes dans leur chemin de vie professionnelle en tant que coach.

Psychologue et musicienne, elle a évolué dans sa pratique de coaching et s'est formée aux techniques psychomusicales et musicothérapie, puis au massage sonore selon la méthode Peter Hess.

Elle s'est spécialisée en sonothérapie et dispense aujourd'hui des massages sonores aux bols tibétains, anime des ateliers et des concerts vibratoires.

Muriel accompagne depuis plus de 3 ans, en tant que coach et praticienne en PNL (Programmation Neuro-Linguistique), les adultes dans leur développement personnel et professionnel, ainsi que les couples parent/enfant dans leur problématique de positionnement familial et de gestion des émotions.

Sa particularité est d'être formée à la Méthode MétaNature qui lui permet d'accompagner "Hors les murs" dans et avec la Nature, afin d'enrichir ses accompagnements tout en s'appuyant sur une approche systémique et métaphorique. La Nature devient un médiateur et un vecteur d'expression.