

# Kalyana

Espace bien-être  
et santé au naturel

## ENVIES & DÉCOUVERTES

DÉCOUVREZ NOTRE PROGRAMME  
BIEN-ÊTRE ET SANTÉ AU NATUREL  
2023-2024

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 - Hypnose



**Katia Van Aertryck :**

Sonothérapie - Neurofeedback -

Soins énergétiques - Doula



**Sarah Dekkar-Rampon :**

Eft - Reiki - Communication animale -

Comportement félin et canin - Lecture



d'oracles

**Jenifer Grimalt :**

Lithothérapie

### Votre Adhésion :

10 bulles pour 5 mois : 100 €

20 bulles pour 10 mois : 200 €

Il est possible de 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 d'octobre et jusqu'à juin**, les ateliers auront lieu tous les samedis, mais aussi 2 mercredis après-midi et 2 jeudis soir par mois (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 par E-mail ou par Facebook pour valider votre adhésion et l'inscription aux ateliers choisis.

### CONTACTEZ-NOUS



Kalyana Morbihan



espacekalyana56@gmail.com



02 90 74 90 97



# Les Bulles de Kalyana

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

## Se mettre en route

### Septembre, Octobre

- 30-09 : Voyage sonore d'équinoxe d'automne
- 05-10 : Astuces naturo pour garder sa vitalité
- 07-10 : Booster votre énergie
- 11-10 : Qi Gong - Réveiller l'énergie
- 14-10 : EFT et visualisation positive
- 19-10 : Auto-réflexologie vitalité

## Renforcer ses ressources

### Novembre

- 08.11 : Naturopathie - Renforcer ses défenses immunitaires
- 16-11 : Hypnose - Retrouver la confiance en soi
- 18-11 : Hydrolats et huiles essentielles pour l'hiver
- 22-11 : Auto-réflexologie - Parent/enfant pour gérer la colère, les émotions et les cauchemars
- 25-11 : Auto-soin au diapason pour ré-accorder ses vibrations
- 30-11 : Hypnose - Demander de l'aide à ses guides

## Le partage

### Décembre

- 02-12 : Rallumer notre lanterne intérieure
- 02-12 : EFT et visualisation positive "Me sentir bien pour être bien avec les autres"
- 06-12 : Prendre soin de la qualité de l'énergie de l'habitat, nettoyage et protection
- 09&20-12 : Après midi Hygge, cocooning et bien être
- 14-12 : Auto-réflexologie, gestion du stress pour "être mieux avec soi même et les autres"
- 16-12 : Sophrologie - Reconnexion à soi

## A la découverte de soi

### Janvier

- 10-01 : Auto-réflexologie - "Je m'accorde l'importance et la confiance que je mérite"
- 13-01 : Qi Gong - Apaiser la douleur
- 13-01 : Sonothérapie - Semer ses intentions pour 2024 et célébrer ce nouveau cycle
- 18-01 : Méditation et relaxation psychosomatique
- 20-01 : Hypnose - À la rencontre de notre animal totem
- 24-01 : Naturopathie - Accompagner sereinement l'avancée en âge
- 27-01 : Développer son intuition à travers les oracles

## Développer son énergie

### Février

- 01.02 : Atelier Auto-réflexologie - Détendre les muscles de son corps pour mieux accueillir les énergies.
- 03-02 : Qi Gong - Développer et faire circuler son énergie
- 03.02 : Auto soin au bol kansu
- 07.02 : Reiki - Sentir l'énergie dans ses mains et l'utiliser pour se rebooster, s'apaiser
- 10-02 : Hypnose - Cultiver ses capacités subtiles
- 15-02 : Atelier "Energie Vitale" : la définir, la ressentir, la faire circuler, l'améliorer

## Nettoyer, alléger le corps et l'esprit

### Mars

- 06.03 : EFT et visualisation positive "nettoyer les lourdeurs, douleurs corporelles et émotionnelles de l'hiver"
- 14.03 : Auto-réflexologie - Apprendre à drainer et alléger son corps et son mental.
- 16.03 : Hypnose - Nettoyage de printemps.
- 20.03 : Qi gong - Énergie du foie.
- 23.03 : Naturopathie - Et si les plantes vous aidaient dans la détox du printemps ?
- 28.03 : Magnétisme - Construire une coque énergétique de protection.

## L'élan du printemps

### Avril

- 03-04 : Auto-réflexologie - Apaiser bébé le soir
- 06-04 : Sonothérapie - Le réveil de votre terre
- 11-04 : Développer son intuition à travers les oracles

## Se faire plaisir

### Mai

- 02-05 : Naturopathie - Savoir réaliser ses macérâts utiles au quotidien
- 04-05 : Do-in et auto massage
- 16-05 : Auto-réflexologie - "Je me fais plaisir en gérant mes addictions"
- 22-05 : Renforcer la confiance en soi
- 25-05 : Hypnose - Souvenirs hypnotiques agréables
- 30-05 : Qi Gong en extérieur

## L'ouverture

### Juin

- 01-06 : Auto-réflexologie - Mieux dormir pour s'ouvrir au monde et aux autres
- 05-06 : Qi Gong - L'ouverture du coeur
- 08-06 : Hypnose - L'ouverture du coeur
- 13-06 : Qi Gong en extérieur
- 15-06 : Naturopathie - L'alimentation anti-inflammatoire
- 19-06 : EFT et visualisation positive pour réveiller sa joie
- 22-06 : Sophrologie - "S'ouvrir à la vie, à soi, aux autres pour ouvrir la porte à de nouvelles opportunités"

+ des ateliers de lithothérapie  
au cours de l'année

INSCRIVEZ-VOUS

POUR REJOINDRE LE PROGRAMME 2023-2024 :

✉ [espacekalyana56@gmail.com](mailto:espacekalyana56@gmail.com)

📘 Kalyana Morbihan

