



MA SANTÉ AUTREMENT ) rendez-vous

## L'AGENDA DU MOI

PAR ERIK PIGANI

CONGRÈS

### Eurêka!, les nouvelles voies de la santé

Après le succès du Congrès international des thérapies quantiques (la prochaine édition aura lieu en novembre 2014), la bionutritionniste Marion Kaplan lance Eurêka!, un autre congrès unique en son genre. Autour des maladies auto-immunes et de la dépression, une dizaine d'intervenants parleront des approches récentes de la médecine, de la psychosomatique et de la psychologie qui offrent, aujourd'hui, de nouvelles voies pour appréhender l'origine de la plupart des maladies, ainsi que des outils inédits pour les traiter. Carlos Planas parlera d'énergétique dentaire; Nathasha Campbell McBride, d'alimentation et d'immunité; Alexandre Rusanov, des pollutions électromagnétiques; Bruno Donatini, du rôle de la flore digestive dans la dépression; Robert Nataf, de biologie systémique; Joël Sternheimer, de sa découverte des protéodides...

Les 12 et 13/4/2014, à Aix-en-Provence, Centre de congrès. Prix: 185 €. Rens.: 04 94 01 22 61 et [quantiqueplanete.com](http://quantiqueplanete.com).



### FORMATIONS

#### Logothérapie

Si la logothérapie jouit d'un grand prestige chez les professionnels, elle reste encore peu connue du grand public. Créée par le psychothérapeute autrichien Viktor Emil Frankl (1905-1997), cette méthode s'intéresse aux qualités et compétences de l'individu, et au sens qu'il donne à ses actes. Le Réseau de logothérapie a mis en place une formation certifiante « complémentaire » (pour les thérapeutes), dont le prochain module aura lieu du 20 au 26 avril, à Chassignolles, dans la Haute-Loire. Par ailleurs,

l'association organise le deuxième congrès national de logothérapie le 15 mars, à Paris, et InterÉditions publie le livre de Frankl : *Ce qui ne figure pas dans mes livres*.

Rens.: 04 71 76 38 51 et [logotherapie.fr](http://logotherapie.fr).

#### Hypnose thérapeutique

L'École centrale d'hypnose (ECH), à Paris, a été créée en 1971 par l'hypnothérapeute Dany Dan Debeix. Lui-même a pu retrouver l'usage de ses jambes, paralysées après un accident de voiture, à l'aide de l'autohypnose. L'ECH propose différents cursus de formation répondant aux attentes d'aujourd'hui : hypno-praticien, hypnose dentaire, hypnoanesthésie, ou encore

des cycles d'autohypnose, des stages pour enfants, des séances individuelles, et d'autres activités à découvrir sur le site Internet.

Toute l'année, à Paris, Nantes, Bordeaux et Genève. Rens.: 01 40 33 01 14 et [ecole-centrale-hypnose.fr](http://ecole-centrale-hypnose.fr).

### STAGES

#### Thérapie par la couleur

L'art-thérapie rencontre de plus en plus de succès, probablement en raison du travail centré sur nos ressources et aspirations les plus profondes. Mais aussi parce que ce domaine est un univers à lui seul, avec ses multiples outils (peinture,

sculpture, danse, musique, théâtre...) et nombreuses méthodes, couvrant un vaste éventail d'approches (de la psychanalyse freudienne aux courants transpersonnels et spirituels). Ainsi, Isabelle Cabassol a élaboré sa propre méthode de thérapie par la couleur en se fondant sur les principes du *Traité des couleurs de Goethe* (Triades, 2000), la conception holistique de Rudolf Steiner, la thérapie par la couleur de Margareth Hauschka et le chamanisme. Elle anime des ateliers hebdomadaires de peinture sur papier mouillé (« peinture goethéenne », un travail original de transformation intérieure) ouverts à tous,

même à ceux qui ne sentent pas « doués » pour l'art. Elle a également créé Lumia, une école de formation pour les art-thérapeutes, et coanimera un stage d'été de yoga, chant, danse et peinture curative en Sardaigne (du 24 au 31 août).

**Ateliers : toute l'année, à Paris et à Verrières-le-Buisson (91).  
Formation : à partir du 20/9/2014.  
Rens. : 06 25 57 11 75 et  
www.isabellecabassol.com.**

## Qi gong et énergie

Diplômée en médecine traditionnelle chinoise, Dominique Jacquemay, professeure de qi gong, s'est fait connaître pour la méthode de drainage lymphatique qu'elle a créée, la lympho-énergie. Auteure de *Tao, bien-être et longévité* (Éditions Dangles, 2003), elle propose de nombreux stages et des formations à Paris en lympho-énergie, massage douceur du monde corps, massage douceur du monde visage et crâne, ainsi qu'en qi gong. À Pâques, elle animera un grand stage résidentiel de qi gong en Bretagne, près de Saint-Malo. Au programme : échauffements, séries de mouvements, exercices d'automassage et de respiration, temps de ressourcement, promenade dans la nature... Comme la pratique de cette gymnastique méditative est très douce et relaxante, elle est accessible

à tous sans fatigue et chacun peut s'exercer selon ses propres possibilités. Aucun prérequis n'est nécessaire.

**Du 16 au 21/4/2014, à l'abbaye de Saint-Jacut-de-la-Mer (22).  
Prix : 320 € (hébergement en sus).  
Rens. : 06 65 50 13 14  
et lympho-energie.com.**

## La méthode Gordon

Au cours des années 1950, le psychologue américain Thomas Gordon (1918-2002) pose les bases de sa méthode de communication et d'éducation, fondée sur le principe de la relation « gagnant-gagnant ». Il publie par la suite un livre qui connaîtra un succès international fulgurant : *Parents efficaces* (Marabout, "Éducation", 2007). Son approche de la communication et ses outils, qu'il déclinera au management, deviendront la méthode Gordon. Celle-ci a inspiré nombre d'autres techniques, comme la communication non violente (CNV). À Paris et dans une dizaine de régions, l'Atelier **Gordon** propose différentes formules de séminaires : ateliers parents niveau 1 et niveau 2, ateliers thématiques, formation de formateurs... Une méthode éprouvée et efficace à découvrir ou redécouvrir.

**Rens. : 09 65 19 43 26  
et www.ateliergordon.com.**

## En bref

**S'affirmer par la voix**  
Comédienne, consultante et formatrice, Céline Blondel anime des ateliers d'expression vocale pour aider à communiquer avec aisance et à reprendre confiance en soi... Les sessions, d'une journée, sont fondées sur des techniques de l'acteur et du chanteur (exercices de respiration, d'écoute, de mise en place du corps...).

Prochains ateliers : 2/3, 13/4 et 1/6/2014, à Paris.  
Prix : 110 € par atelier.  
Rens. : 06 14 51 15 86  
et [www.celinestage.fr](http://www.celinestage.fr).

**Découvrir la psychogénéalogie**  
C'est ce que propose la sophrologue et praticienne en constellations familiales et systémiques Corinne Collin au cours d'ateliers d'une journée. Objectif : prendre conscience

de son histoire familiale, en démêler les nœuds, comprendre ce qui nous relie. Ce travail, basé sur l'arbre généalogique et le géosociogramme, sera expérimenté avec les représentations des constellations familiales.

Prochaines journées : 29/3, 26/4, 17/5, 28/6/2014, à Brest. Prix : 80 € par journée. Rens. : 06 85 84 21 67 et [sophrologue-brest.blogspot.fr](http://sophrologue-brest.blogspot.fr).

**Suivre un cycle supérieur de sophrologie**

Le Réseau des académies de sophrologie, créé en 2013 par les directeurs de six écoles, propose un cycle supérieur de formation pour les praticiens. Le but : continuer leur cursus ou enrichir leur pratique avec de nouvelles techniques. Il sera dispensé en quatre séminaires de trois jours.

À partir du 14/3/2014, à Paris.  
Prix : 500 € par séminaire. Rens. : [reseau.academie-sophrologie.fr](http://reseau.academie-sophrologie.fr).