



Journée de la Médecine douce, du Bien-être et Mieux vivre

Samedi 10 avril 2010 de 10h à 19h

Théâtre D. Cardwell

1, avenue de Villiers 91210 Draveil

Informations pratiques

Entrée libre - Parking à proximité gratuit



Le Salon de la Médecine douce à Draveil vous invite à découvrir les médecines naturelles. Il se veut avant tout informatif et se propose de distinguer des méthodes différentes, aujourd'hui éprouvées.

Coordonnateur de notre salon : l'APAM (Association pour l'alternative en médecine)

Contact

Pôle Événementiel : 01 69 39 03 89

Graphisme : Service Communication





Conférences

Pour mieux comprendre les méthodes de soins et leurs bénéfices

11h15 - 11h45

Tabac

Intervenant : Dr Udo Giavarini

12h - 12h30

Troubles du sommeil

Intervenant : Mme Florence Skalski

14h30 - 15h

Mal de dos

Intervenant : M. Pierre Rémy

15h30 - 16h

Dépression

Intervenant : Dr Pierre Popowski

A partir de 16h, pendant 10 min

Démonstration de «Bagua»

Intervenant : M. Serge Alaxan

Le Bagua, art martial de la Chine ancienne, est utilisé dans le Taoïsme et le YiJing (pensée chinoise).

16h30 - 17h

Régime

Intervenant : Mme Karine Manenc

17h - 17h30

Migraine

Intervenant : Dr Michel Eche



Pratiques représentées

Acupuncture, Homéopathie, Kinésiologie, Ostéopathie, Réflexologie, Sophrologie, Psychogénéalogie (Technique Bowen), Relaxologie «relaxation coréenne», Mémoire cellulaire.

On regroupe sous le terme «médecine douce ou naturelle» les médecines qui respectent le fonctionnement naturel du corps, par l'emploi de techniques manuelles ou par l'administration de substances «naturelles», non synthétiques.



L'Art médical

La Musicothérapie

-> Mme Pilar Garcia met en place :

> **une technique réceptive** utilisant des sons isolés, des oeuvres musicales. La musique conduit l'imaginaire vers des prises de conscience et des états affectifs;

> **une technique active qui permet** aux malades de s'exprimer par la pratique d'instruments, du corps et de la voix.





Le concept «Visionpure»

Basé sur l'approche Epona

Les chevaux sont des prodiges émotionnels. Par une série d'activités spécialement étudiées, les facilitateurs équins vont vous aider à explorer les messages qui se trouvent derrière les émotions. Corps, mental et esprit unissent leurs forces afin de canaliser un pouvoir immense.

Résultats : un énorme gain d'équilibre, de confiance et d'estime de soi grâce à une méthode facilement applicable dans notre vie quotidienne.





Des conseils ...

Vertus des plantes

Lithothérapie

Evacuer le stress

Cultiver sa forme

Tonifier sa santé

Nutrition

Ayurveda

Bilans et soins énergétiques

Plantes dépolluantes



Disciplines pour l'équilibre du corps et de l'esprit

Méthode Feldenkrais

En douceur et en profondeur.

Prendre conscience de chaque partie de son corps, des pieds au sommet du crâne. Pratique induisant le calme, en libérant le stress et en affinant les perceptions sensorielles.

Shiatsu

Art de vie, méthode manuelle de soins japonais.

Il permet de rééquilibrer la circulation de l'énergie dans les méridiens.

Préventif et régénérateur.

Yoga

Un art de vivre pour adultes et enfants.

Associant les exercices physiques et respiratoires, la relaxation, la concentration et le médiation.

Yoga Kundalini

Yoga d'ouverture de la conscience.



Disciplines pour l'équilibre du corps et de l'esprit (suite)

Qi Gong

Développement de la concentration et de la décontraction.

Il permet de lutter contre le stress et de se débarrasser des tensions accumulées au cours de la vie quotidienne. Il revitalise le corps et renforce ses défenses naturelles.

Sophrologie Caycedienne

Favorise un mieux-être existentiel en proposant des entraînements dans le cadre de la prévention et de la gestion du stress ainsi que du développement personnel.

Tai Chi Chuan

Art chinois traditionnel.

Les mouvements ont à la fois une connotation martiale et énergétique. Ils ont été créés et sont travaillés par des moines guerriers taoïstes.

