



## **NEWSLETTER DE FEVRIER 2018**

**Le mois qui fait battre les coeurs...  
Bonne Saint Valentin aux amoureux !**



### **STAGE D'HYPNO-RELAXATION Samedi 3 et dimanche 4 février**

Le stage abordera les mécanismes qui mobilisent l'attention en Hypnose et en relaxation; nous verrons comment s'apaiser soi et apaiser Autrui... Nous découvrirons différents outils pour lâcher-prise et gérer la douleur. Nous verrons comment aborder le corps avec le Swing Touch. Nous apprendrons aussi comment construire nos scénarios de relaxation et faire bon usage de notre voix...



### **VOTRE CONFERENCE DU MOIS Samedi 17 Février de 10H30 à 12H**

#### **Le toucher, de la passion au métier**

Conférence gratuite qui abordera les différentes représentations du corps humain et les pratiques de soins qui en découlent. Nous vous présenterons la formation de Massorelaxologue® et notre approche du toucher pour exercer avec sérénité.



### **LA BOITE A OUTILS RELAX'**

**Lundi 26 et mardi 27 Février 2018 de 8H30 à 16H30**

Découvrez les essentiels de la relaxation pour organiser des animations pour vos résidents en EHPAD et vos Seniors à domicile. Un temps pour prendre soin de vous avec des auto-massages et auto-relaxations, pour utiliser nos sens, le mouvement et la mémoire !.. Bref, plein d'outils pour mobiliser le cerveau, le corps et le coeur en douceur; pour comprendre comment apaiser le mental et partager de bons moments.

**Réservation : [anaisformation@gmail.com](mailto:anaisformation@gmail.com) - 05 62 85 58 21**

**LIEU : ANAIS-Formation - Aéroport, 5 avenue Albert Durand, Bat 1, 2ème étage - 31700 Blagnac  
[www.anaisformation.com](http://www.anaisformation.com)**