

Touches de vie



Public

Tout public ayant un passage à vide, une épreuve bouleversante ou une crise existentielle : cancer, burnout, fibromyalgie, fatigue chronique, séparation, deuil, perte d'un proche, traumatisme ou passage d'un cap de vie

Missions

L'approche s'inspire de pratiques traditionnelles d'Asie, des arts contemporains ainsi que de méthodes psychocorporelles diversifiées et reconnues pour :

- Assurer l'ancrage et la posture
- Développer le souffle, l'estime de soi et le geste juste
- Trier, décider et agir

Activités

- Atelier Zen & Santé : Bouger, respirer, se détendre
- Atelier du Geste : Explorer mouvement & sens
- Atelier de Pleine Présence : Développer une présence à soi
- Groupes de Paroles : Dire, communiquer, partager
- Méditation & Do-in : Assouplir corps & esprit
- Shiatsu : Contacter, fluidifier le Qi
- Pleine Présence Sensitive : Sentir, s'apaiser, se déployer
- Fasciathérapie : Toucher subtil des fascias
- Dialogue avec les proches : Mobiliser les ressources

Site web

www.touchesdevie.be

☒ Sigle

asbl

☒ Adresse

Cours de Valduc7

☒ Localité

1348 Louvain-la-Neuve

☒ Personne ressource

Galasse

☒ Fonction

Responsable

☒ E-mail

touchesdevie@gmail.com

☒ Tél

010601628