



Le Fil à Soi

programme 2024-2025



Château de Ligoure

Stages et formations

Ligoure et son château, à 17 km de Limoges

PLANTES OCCIDENTALES et MTC
Découverte pratique sur le terrain et théorie associée
+ TEMPS DE HATHA YOGA et QI GONG

château associatif de Ligoure, 87110 LE VIGEN (17 km au sud de Limoges)

LES PLANTES DE PRINTEMPS

STAGE DE 5 JOURS

du lundi 2 au vendredi 6 juin 2025

Co-animation : Sylvie Chagnon (Plantes, MTC, Qi-gong) - Aline Chagnon (Yoga)

Objectif : Atteindre une connaissance intime, fine des plantes afin de les conseiller de façon juste, en lien avec l'énergie de la personne. Faire des ponts entre médecine chinoise et herboristerie occidentale.

PROPOSITIONS QUI S'ÉGRAINERONT AU FIL DES 5 JOURS :

- **Prendre conscience du corps** par des postures de yoga exécutées en lien avec le souffle. Se retrouver, se poser, s'intérioriser
- **Aller sur le terrain** à la rencontre des plantes
- **Apprendre sur le terrain à approcher la plante** par le qi-gong et à échanger énergétiquement avec elle
- **Décrypter la plante avec les 5 sens** (observer, toucher, sentir, goûter, écouter), noter ses caractéristiques pour une analyse précise
- **Faire un lien** entre la plante et les 5 éléments de la Médecine Chinoise
- **Passer de la découverte pratique à la théorie sur la plante** (en MTC et en Herboristerie occidentale)
- **Etudier les propriétés et utilisations thérapeutiques de chaque plante** (diaporama + fiches)
- **Fabriquer sur place** des huiles macérées et baumes de massage, des alcoolatures, des vinaigres médicinaux, des sirops, des élixirs floraux, des élixirs spagyriques
- **Faire un carnet de plantes à votre façon** (dessins, mots, séchages, poésies, collages, contes)



Déroulement d'une journée type

MATINÉE

Temps de Yoga avec Aline (facultatif)

Départ sur le terrain avec son tapis, sa pelle, ses ciseaux, sa loupe et son cahier

Court temps de Qi gong auprès de la plante

Etude individuelle de la plante (méthode enseignée le 1er jour)

Analyse de la plante et élaboration d'une théorie en petits groupes

APRÈS MIDI

Partages

Théorie précise sur la plante (MTC et herboristerie occidentale)

Exemples en lien avec les cas que vous rencontrez en cabinet

Temps de Yoga (facultatif)

Relaxation – Méditation – Contes sur les plantes... (facultatif)



13 à 15 plantes seront étudiées sur l'ensemble du stage.

MATERIEL NECESSAIRE :

- **Tapis de sol** pour le yoga
- **Tissu** pour s'asseoir dans l'herbe proche de la plante et coussin éventuellement
- **Couteau** style Opinel
- **Paire de ciseaux - gants**
- **Petite pelle ou piochon** (si vous avez)
- **Loupe** (si vous avez)
- **Appareil photo** (si vous avez)
- **Gourde d'eau**
- **Cahier d'étude** pour noter en vrac vos ressentis
- **Joli cahier** pour laisser une trace des plantes du jour.

Selon vos aspirations personnelles, tout pour le dessin, le collage, le séchage, l'écriture...

- **Vêtements et chaussures adaptés** : nous serons 1 heure/jour au minimum en extérieur pour étudier les plantes et cela par tous les temps



HORAIRES : 9h-12h / 14h-17h30

TARIF : FORFAIT de 570€ les 5 jours avec hébergement et accès à la cuisine compris.

Possibilité d'arriver la veille au soir. Hébergement dans des dortoirs spacieux de 3 à 4 personnes.

Sylvie s'occupe de la réservation des lits.

Prévoir sa propre nourriture à cuisiner. Sur place : frigo, gazinière et le nécessaire pour cuisiner.

Draps fournis mais pas les serviettes - **MÉNAGE À FAIRE EN PARTANT.**

Possibilité de faire plusieurs chèques - 12 personnes maximum.

Inscription obligatoire auprès de Sylvie Chagnon 06 84 15 71 35 ou contact@lefilasoi.fr

Information sur le Yoga (Ecole de Sri Mahesh) auprès d'Aline Chagnon 06 45 75 32 03 ou aline.chagnon@gmail.com

PLANTES OCCIDENTALES et MTC
Découverte pratique sur le terrain et théorie associée
+ TEMPS DE HATHA YOGA et QI GONG

château associatif de Ligoure, 87110 LE VIGEN (17 km au sud de Limoges)

LES PLANTES D'ETE

STAGE DE 5 JOURS

du mercredi 27 au dimanche 31 août 2025

Co-animation : Sylvie Chagnon (Plantes, MTC, Qi-gong) - Aline Chagnon (Yoga)

Objectif : Atteindre une connaissance intime, fine des plantes afin de les conseiller de façon juste, en lien avec l'énergie de la personne. Faire des ponts entre médecine chinoise et herboristerie occidentale.

PROPOSITIONS QUI S'ÉGRAINERONT AU FIL DES 5 JOURS :

- **Prendre conscience du corps** par des postures de yoga exécutées en lien avec le souffle. Se retrouver, se poser, s'intérioriser
- **Aller sur le terrain** à la rencontre des plantes
- **Apprendre sur le terrain à approcher la plante** par le qi-gong et à échanger énergétiquement avec elle
- **Décrypter la plante avec les 5 sens** (observer, toucher, sentir, goûter, écouter), noter ses caractéristiques pour une analyse précise
- **Faire un lien** entre la plante et les 5 éléments de la Médecine Chinoise
- **Passer de la découverte pratique à la théorie sur la plante** (en MTC et en Herboristerie occidentale)
- **Etudier les propriétés et utilisations thérapeutiques de chaque plante** (diaporama + fiches)
- **Fabriquer sur place** des huiles macérées et baumes de massage, des alcoolatures, des vinaigres médicinaux, des sirops, des élixirs floraux, des élixirs spagyriques
- **Faire un carnet de plantes à votre façon** (dessins, mots, séchages, poésies, collages, contes)

Déroulement d'une journée type

MATINÉE

Temps de Yoga avec Aline (facultatif)

Départ sur le terrain avec son tapis, sa pelle, ses ciseaux, sa loupe et son cahier

Court temps de Qi gong auprès de la plante

Etude individuelle de la plante (méthode enseignée le 1er jour)

Analyse de la plante et élaboration d'une théorie en petits groupes

APRÈS MIDI

Partages

Théorie précise sur la plante (MTC et herboristerie occidentale)

Exemples en lien avec les cas que vous rencontrez en cabinet

Temps de Yoga (facultatif)

Relaxation – Méditation – Contes sur les plantes... (facultatif)

13 à 15 plantes seront étudiées sur l'ensemble du stage.



MATERIEL NECESSAIRE :

- **Tapis de sol** pour le yoga
 - **Tissu** pour s'asseoir dans l'herbe proche de la plante et coussin éventuellement
 - **Couteau** style Opinel
 - **Paire de ciseaux - gants**
 - **Petite pelle ou piochon** (si vous avez)
 - **Loupe** (si vous avez)
 - **Appareil photo** (si vous avez)
 - **Gourde d'eau**
 - **Cahier d'étude** pour noter en vrac vos ressentis
 - **Joli cahier** pour laisser une trace des plantes du jour.
- Selon vos aspirations personnelles, tout pour le dessin, le collage, le séchage, l'écriture...
- **Vêtements et chaussures adaptés** : nous serons 1 heure/jour au minimum en extérieur pour étudier les plantes et cela par tous les temps



HORAIRES : 9h-12h / 14h-17h30

TARIF : FORFAIT de 570€ les 5 jours avec hébergement et accès à la cuisine compris.

Possibilité d'arriver la veille au soir. Hébergement dans des dortoirs spacieux de 3 à 4 personnes.

Sylvie s'occupe de la réservation des lits.

Prévoir sa propre nourriture à cuisiner. Sur place : frigo, gazinière et le nécessaire pour cuisiner.

Draps fournis mais pas les serviettes - **MÉNAGE À FAIRE EN PARTANT.**

Possibilité de faire plusieurs chèques - 12 personnes maximum.

Inscription obligatoire auprès de Sylvie Chagnon 06 84 15 71 35 ou contact@lefilasoi.fr

Information sur le Yoga (Ecole de Sri Mahesh) auprès d'Aline Chagnon 06 45 75 32 03 ou aline.chagnon@gmail.com



Moissac

stages et formations

à l'Ancien Carmel de Moissac, Sente du Calvaire

STAGE MASSAGE, EMOTIONS, AMES LES 3 MONDES CELESTES ET LA VIE HUMAINE SUR TERRE

Niveau avancé

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

du samedi 26 au lundi 28 octobre 2024 (3 jours)

Public : stage d'un niveau avancé pour des personnes ayant des bases en Médecine Chinoise et en Massage.

PROPOSITION DE STAGE :

- **Etudier les 5 émotions** vues par la Médecine Chinoise
- **Explorer le monde des 5 âmes** ou 'esprits' associés (Shen, Po, Hun, Yi, Zhi)
- **Découvrir comment** émotions et âmes peuvent déséquilibrer notre corps physique et psychique
- **Etudier les points d'acupuncture** spécifiques à la sphère psychique
- **Lutter contre les fantômes** 'Gui' qui peuvent venir polluer le corps – Utilisation des 13 points fantômes de Sun Si Miao



Déroulement du stage

JOUR 1 : COLÈRE – TRISTESSE ET LIEN AVEC LE HUN ET LE PO

Colère, frustration, vie-survie en luttant hargneusement ou à l'opposé tristesse sans fond, non-envie, dépression, dégoût de la vie... Comment équilibrer notre vie émotionnelle et spirituelle en comprenant le Hun et le Po...

Massage pour dompter le cheval fougueux Hun et alléger le poids mort Po... comprendre et expulser la colère du Foie et déployer les ailes du Poumon à l'image de la grue blanche...

JOUR 2 : AMOUR SOUFFRANT – PENSÉES EXCESSIVES – PEURS DIVERSES ET LIEN AVEC LE SHEN, LE YI ET LE ZHI

Passion dévorante, jalousie, manque d'amour, ruminations mentales, refuge dans la pensée, la réflexion sans fin ou aussi peurs qui paralysent, freinent, phobies incontrôlables... Comment calmer nos agitations ou peurs internes et retrouver l'axe sain, la paix intérieure, l'harmonie Shen-Yi-Zhi

Massage pour visiter et extirper nos 'démons internes', réveiller nos zones inertes ou anesthésiées par des peurs puis remodeler l'axe central Terre-Ciel afin d'unir à nouveau le monde terrestre au monde céleste... élever notre âme dans la lignée des 5 vertus célestes...

JOUR 3 : LES FANTÔMES 'GUI'- SOIN ÉNERGÉTIQUE

Au moment de la mort, chacune des 5 instances psychiques Shen-Yi-Zhi-Hun-Po- retourne au monde dont elle est issue (Ciel ou Terre). Si ce retour ne s'effectue pas ou s'effectue mal, certaines instances psychiques peuvent errer dans ce monde et se greffer sur des corps affaiblis.

Soin énergétique sur les 13 points fantômes de Sun Si Miao. Ce soin n'est pas un massage ; il se pratique sur les vêtements. Il permet de faire monter le taux vibratoire de la personne et tisser un cocon de protection contre les 'Gui' aux vibrations toujours basses.

HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 3 jours = 290€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h. 16 personnes maximum. 30% d'arrhes à verser (soit 90€), non remboursable en cas de désistement. **Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.**

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = **20,45€ (+ 0,75€** taxe de séjour) + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = **34,25€ (+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = **43,25 €(+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,80€** et serviette de toilette = **1,50€.**

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com

STAGE 'LES 5 ENTRAILLES FU'

Niveau débutant

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

du mercredi 30 octobre au dimanche 3 novembre 2024 (5 jours)

Public : toute personne désirant découvrir le Massage Energétique Chinois. Aucun niveau n'est requis. La théorie est abordée mais la pratique privilégiée : les massages se font par deux et à l'huile. Amener votre table de massage si vous en avez une.

PROPOSITION DE STAGE :

- **Chaque matin pratiquer un Qi gong** correspond à l'Entraîlle 'Fu' du jour
- **Apprendre (ou corriger) les techniques 'Tuina'** et positions pour masser sans se blesser
- **Aborder la théorie** des Entrailles 'Fu'
- **Découvrir les méridiens** des 5 Entrailles 'Fu', leurs points d'acupuncture principaux, l'action possible directement sur chaque Entraîlle
- **Pratiquer et détailler 5 protocoles de massage** selon le problème physique, énergétique ou émotionnel le plus souvent rencontré par chacune des Entrailles (blocage-Plénitude / manque-Vide....)
- **Ressentir l'énergie subtile** Qi et agir sur elle

Durant ce stage, la pratique est privilégiée.

Déroulement du stage



JOUR 1 : LA VESSIE, les techniques Tuina et Point Shu du dos. Massage nettoyant de la face postérieure de la tête aux pieds... Purifier le physique et l'émotif - Drainage méridien Vessie.

JOUR 2 : LE GROS INTESTIN ET L'ESTOMAC, massage de la face antérieure avec un long temps de nettoyage du ventre, Gros Intestin et Estomac. Drainage des méridiens et points principaux.

JOUR 3 : LA VÉSICULE BILIAIRE, massage des faces latérales afin de clarifier l'Humidité-Chaleur de celle-ci et aider à la prise de décision limpide. Vidange, drainage de son méridien.

JOUR 4 : L'INTESTIN GRÊLE, LE TRIPLE RÉCHAUFFEUR. Massage-déblocage du crâne, cou, épaules, omoplates, bras et dos. Découverte et drainage des méridiens I.Grêle et T. Réchauffeur. Travail mécanique sur cou-épaule mais aussi nettoyage émotif de l'arrière du Cœur.

JOUR 5 : MASSAGE GLOBAL de tout le corps et révision.

HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 5 jours = 440€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h. 16 personnes maximum. 30% d'arrhes à verser (soit 130€), non remboursable en cas de désistement. **Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.**

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = **20,45€ (+ 0,75€** taxe de séjour) + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = **34,25€ (+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = **43,25 €(+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,80€** et serviette de toilette = **1,50€.**

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com

LA FEMME, 3 ETAPES DE VIE MENSTRUATIONS - GROSSESSE - MENOPAUSE

Niveau avancé

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

du samedi 29 au lundi 31 mars 2025 (3 jours)

Public : ce stage est d'un niveau avancé et s'adresse à des personnes ayant des bases en Médecine Chinoise et en Massage.

PROPOSITION DE STAGE :

- **Connaitre le cycle menstruel** de la femme et ses différentes phases, de la plus Yin à la plus Yang ; 4 périodes à détailler
- **Réfléchir à l'action** de Chongmai, Renmai et Dumai durant ce cycle
- **Comprendre le terrain énergétique** de chaque femme afin de mieux analyser la cause de ses problèmes physiques, psychologiques et émotionnels
- **Apprendre les points** avec action directe sur la sphère gynécologique
- **Pratiquer 3 protocoles de massage**, l'un pour chaque étape de vie : menstruations – grossesse - ménopause
- **Aborder la femme sous l'angle poétique** propre au Qi-gong... De la chambre de jade à la rosée céleste... la beauté du féminin...

Déroulement du stage



JOUR 1 : LE TEMPS DES MENSTRUATIONS ET LES PATHOLOGIES ASSOCIÉES

Théorie sur le cycle féminin et les syndromes prémenstruels-dysménorrhée-aménorrhée-ménorragie-crise inter-menstruelle de l'ovulation...etc... vus par la médecine Chinoise. Une réflexion sur l'importance de ce temps de lunaison de 28 jours...

Massage traitant les problèmes menstruels par Stase (Qi, Sang, Froid, Humidité) entraînant douleurs et mal-être.

JOUR 2 : LE TEMPS DE LA GROSSESSE ET SES 10 PÉRIODES LUNAIRES

Théorie sur le déroulement de la grossesse vu par la médecine chinoise, mois après mois, lune après lune... Une façon de voir et vivre la grossesse dans le chemin du Tao... et en lien avec BB....

Massage de la femme enceinte pour vivre une grossesse harmonieuse, soutenir la future mère et accompagner le développement de l'embryon-fœtus, bébé... jusqu'à sa venue au monde...

JOUR 3 : LE TEMPS DE LA MÉNOPAUSE ET SES ÉVENTUELS DÉSAGRÈMENTS

Théorie sur les différents déséquilibres énergétiques entraînant des troubles lors de la ménopause (bouffées de chaleur, fatigue, irritabilité...). Comprendre le terrain énergétique de la femme et les changements dus à la ménopause. Ouvrir sa conscience à une nouvelle dimension de la femme...

Massage traitant le vide simultané du Yin et du Yang du Rein. Nourrir le Rein et remettre la femme dans la beauté de son axe de vie...

HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 3 jours = 290€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h. 16 personnes maximum.

30% d'arrhes à verser (soit 90€), non remboursable en cas de désistement. **Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.**

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = **20,45€ (+ 0,75€** taxe de séjour) + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = **34,25€ (+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = **43,25 €(+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,80€** et serviette de toilette = **1,50€.**

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com

WEEK-END DIAGNOSTIC MTC

Niveau avancé

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

Jeudi 3 et vendredi 4 avril 2025 (2 jours)

Attention : Pas de massage

Public : Toute personne désirant mettre la théorie de la Médecine Chinoise au service de l'élaboration de diagnostics en pratique. L'objectif principal de ces deux jours est de faire, faire et refaire des cas cliniques afin de se familiariser avec les différents tableaux pathologiques et d'enclencher des mécanismes de pensées aidant à la résolution des cas.

Déroulement du stage...

JOUR 1 : «CAS PAPIERS»

- Nous travaillerons sur des amenés par vous, stagiaires, ou cas que j'ai noté durant mes années de pratiques.
- Nous élaborerons un diagnostic pour chaque cas :
 - recherche et explications du tableau pathologique
 - liste des points à puncturer
 - création du protocole de massage adapté

JOUR 2 : «CAS RÉELS»

- Nous recevrons une personne le matin et une autre l'après-midi.
- Nous élaborerons un diagnostic pour chaque personne :
 - recherche et explications du tableau pathologique
 - liste des points à puncturer
 - création du protocole de massage adapté

Tous les cas sont bienvenus, prenez contact avec moi si vous avez des 'cas papiers' ou des 'cas réels' (personne intéressée par le fait de comprendre sa pathologie ou ses inconforts de vie avec la lecture de la médecine Chinoise).



HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 2 jours = 190€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 17h30. 16 personnes maximum.

1 jour de stage = 110€. 30% d'arrhes à verser (soit 60€), non remboursable en cas de désistement.

Si vous faites également le stage qui suit (les 5 et 6 avril), le tarif pour les 4 jours est de 320€.

Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = 20,45€ (+ 0,75€ taxe de séjour) + 3,70€ pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = 34,25€ (+ 0,75€) + 3,70€ pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = 43,25€ (+ 0,75€) + 3,70€ pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = 2,80€ et serviette de toilette = 1,50€.

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com

WEEK-END DIAGNOSTIC MTC ET PLANTES MEDICINALES OCCIDENTALES

Niveau avancé

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

Samedi 5 et dimanche 6 avril 2025 (2 jours)

Attention : Pas de massage

Public : Toute personne désirant mettre sa théorie du diagnostic en pratique. L'objectif principal de ce week-end est de confronter la théorie à l'élaboration de diagnostic 'en direct', avec des cas réels... et découvrir l'utilisation des plantes médicinales occidentales.

Chaque jour...

LE MATIN, 3H :

- **Accueil d'une personne** venue de l'extérieur (observation, motif de la consultation, questionnaire, étude de la langue, prise des pouls)
- **Elaboration du diagnostic :**
 - recherche et explication du tableau pathologique,
 - liste des points à puncturer
 - création du protocole de massage adapté
 - conseils de plantes médicinales occidentales. Pour chaque personne nous mettrons en place une synergie de plantes correspondant à sa pathologie MTC, son caractère, sa vibration énergétique. Nous indiquerons également la forme et le dosage à donner selon son type, sa morphologie... (infusion, décoction, teinture mère, poudre de plantes, sirop...)

L'APRÈS-MIDI, 3H : Idem... une 2^{ème} personne

Tous les cas sont bienvenus, prenez contact avec moi si vous connaissez des personnes intéressées!



HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 2 jours = 190€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 17h30. 16 personnes maximum.

1 jour de stage = 110€. 30% d'arrhes à verser (soit 60€), non remboursable en cas de désistement.

Si vous faites le stage qui précède (les 3 et 4 avril), le tarif pour les **4 jours est de 320€.**

Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = **20,45€ (+ 0,75€ taxe de séjour) + 3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = **34,25€ (+ 0,75€) + 3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = **43,25 €(+ 0,75€) + 3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,80€** et serviette de toilette = **1,50€.**

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com

STAGE 'LES 5 ORGANES ZANG'

Niveau débutant

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

du jeudi 1^{er} au lundi 5 mai 2025 (5 jours)

Public : toute personne désirant découvrir le Massage Energétique Chinois. Aucun niveau n'est requis. La théorie est abordée mais la pratique privilégiée : les massages se font par deux et à l'huile. Amener votre table de massage si vous en avez une.

PROPOSITION DE STAGE :

- Chaque matin pratiquer un Qi gong correspond à l'Organe 'Zang' du jour
- Apprendre (ou corriger) les techniques 'Tuina' et positions pour masser sans se blesser
- Aborder la théorie des Organes 'Zang'
- Découvrir les méridiens des 5 Organes 'Zang', leurs points d'acupuncture principaux, l'action possible directement sur chaque Organe ou par l'intermédiaire du son thérapeutique
- Pratiquer et détailler 5 protocoles de massage selon le problème physique, énergétique ou émotionnel le plus souvent rencontré par chacun des Organes (blocage-Plénitude / manque-Vide...)
- Ressentir l'énergie subtile Qi et agir sur elle

Durant ce stage, la pratique est privilégiée.

Déroulement du stage



JOUR 1 : Le Poumon, massage nettoyant des sinus, ouverture du thorax et 'chasser les tristesses', massage du bras et drainage du méridien avec points principaux. La respiration et le son thérapeutique.

JOUR 2 : Le Foie, massage de la face antérieure de la tête aux pieds. Drainage du méridien, nettoyage-pompage de l'Organe Foie, libération du Qi bloqué, vidange de la Vésicule biliaire, points d'acupuncture et son thérapeutique.

JOUR 3 : La Rate-Pancréas, massage des pieds, jambes et du ventre. L'ascension du Qi et la nourriture du Sang. Drainer le méridien Rate, points d'acupuncture et recentrage de la personne... Rate...pivot du corps !

JOUR 4 : Le Cœur, massage du visage, crâne, berceau de tête..., travail sur le 3^{ème} œil et les 4 'portes du Ciel'. Ouverture du thorax, drainage des 2 méridiens (bras), points d'acupuncture et son thérapeutique. Un temps de paix.

JOUR 5 : Le Rein, massage des pieds, des jambes, du ventre et des lombes. Drainage tonifiant du méridien et points principaux. Tonification du Qi, Yin et Yang du corps, son thérapeutique... Reprendre contact avec sa lignée, son mandat de vie...

Durant ce stage nous utiliserons toutes les formes de moxas, les micro-saignées, les marteaux fleurs de pruniers, les guashas, les ventouses...

HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 5 jours = 440€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h. 16 personnes maximum. 30% d'arrhes à verser (soit 130€), non remboursable en cas de désistement. **Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.**

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = **20,45€ (+ 0,75€** taxe de séjour) + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = **34,25€ (+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = **43,25 €(+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,80€** et serviette de toilette = **1,50€.**

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com

STAGE MASSAGE, EMOTIONS, AMES LES 3 MONDES CELESTES ET LA VIE HUMAINE SUR TERRE

Niveau avancé

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

du samedi 19 au lundi 21 juillet 2025 (3 jours)



Public : stage de niveau avancé, pour ceux ayant des bases en Médecine Chinoise et en Massage.

PROPOSITION DE STAGE :

- **Etudier les 5 émotions** vues par la Médecine Chinoise
- **Explorer le monde des 5 âmes** ou 'esprits' associés (Shen, Po, Hun, Yi, Zhi)
- **Découvrir comment** émotions et âmes peuvent déséquilibrer notre corps physique et psychique
- **Etudier les points d'acupuncture** spécifiques à la sphère psychique
- **Lutter contre les fantômes 'Gui'** qui peuvent venir polluer le corps - Utilisation des 13 points fantômes de Sun Si Miao

Déroulement du stage

JOUR 1 : COLÈRE – TRISTESSE ET LIEN AVEC LE HUN ET LE PO

Colère, frustration, vie-survie en luttant hargneusement ou à l'opposé tristesse sans fond, non-envie, dépression, dégoût de la vie... Comment équilibrer notre vie émotionnelle et spirituelle en comprenant le Hun et le Po...

Massage pour dompter le cheval fougueux Hun et alléger le poids mort Po... comprendre et expulser la colère du Foie et déployer les ailes du Poumon à l'image de la grue blanche...

JOUR 2 : AMOUR SOUFFRANT – PENSÉES EXCESSIVES – PEURS DIVERSES ET LIEN AVEC LE SHEN, LE YI ET LE ZHI

Passion dévorante, jalousie, manque d'amour, ruminations mentales, refuge dans la pensée, la réflexion sans fin ou aussi peurs qui paralysent, freinent, phobies incontrôlables... Comment calmer nos agitations ou peurs internes et retrouver l'axe sain, la paix intérieure, l'harmonie Shen-Yi-Zhi

Massage pour visiter et extirper nos 'démons internes', réveiller nos zones inertes ou anesthésiées par des peurs puis remodeler l'axe central Terre-Ciel afin d'unir à nouveau le monde terrestre au monde céleste... élever notre âme dans la lignée des 5 vertus célestes...

JOUR 3 : LES FANTÔMES 'GUI'- SOIN ÉNERGÉTIQUE

Au moment de la mort, chacune des 5 instances psychiques Shen-Yi-Zhi-Hun-Po- retourne au monde dont elle est issue (Ciel ou Terre). Si ce retour ne s'effectue pas ou s'effectue mal, certaines instances psychiques peuvent errer dans ce monde et se greffer sur des corps affaiblis.

Soin énergétique sur les 13 points fantômes de Sun Si Miao. Ce soin n'est pas un massage ; il se pratique sur les vêtements. Il permet de faire monter le taux vibratoire de la personne et tisser un cocon de protection contre les 'Gui' aux vibrations toujours basses.

HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 3 jours = 290€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h. 16 personnes maximum. 30% d'arrhes à verser (soit 90€), non remboursable en cas de désistement. **Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.**

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = **20,45€ (+ 0,75€** taxe de séjour) + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = **34,25€ (+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = **43,25 €(+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,80€** et serviette de toilette = **1,50€.**

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com

STAGE 'LES 5 ENTRAILLES FU'

Niveau débutant

A MOISSAC, TARN ET GARONNE

du mercredi 23 au dimanche 27 juillet 2025 (5 jours)

Public : toute personne désirant découvrir le Massage Energétique Chinois. Aucun niveau n'est requis. La théorie est abordée mais la pratique privilégiée : les massages se font par deux et à l'huile. Amener votre table de massage si vous en avez une.

PROPOSITION DE STAGE :

- **Chaque matin pratiquer un Qi gong** correspond à l'Entraîlle 'Fu' du jour
- **Apprendre (ou corriger) les techniques 'Tuina'** et positions pour masser sans se blesser
- **Aborder la théorie** des Entrailles 'Fu'
- **Découvrir les méridiens** des 5 Entrailles 'Fu', leurs points d'acupuncture principaux, l'action possible directement sur chaque Organe ou par l'intermédiaire du son thérapeutique
- **Pratiquer et détailler 5 protocoles** de massage selon le problème physique, énergétique ou émotionnel le plus souvent rencontré par chacun des Entrailles (blocage-Plénitude / manque-Vide...)
- **Ressentir l'énergie subtile** Qi et agir sur elle

Durant ce stage, la pratique est privilégiée.

Déroulement du stage



JOUR 1 : La Vessie, les techniques Tuina et Point Shu du dos. Massage nettoyant de la face postérieure de la tête aux pieds... Purifier le physique et l'émotif - Drainage méridien Vessie.

JOUR 2 : Le Gros Intestin et l'Estomac, massage de la face antérieure avec un long temps de nettoyage du ventre, Gros Intestin et Estomac. Drainage des méridiens et points principaux.

JOUR 3 : La Vésicule Biliaire, massage des faces latérales afin de clarifier l'Humidité-Chaleur de celle-ci et aider à la prise de décision limpide. Vidange, drainage de son méridien.

JOUR 4 : L'Intestin Grêle, le Triple réchauffeur. Massage-déblocage du crâne, cou, épaules, omoplates, bras et dos. Découverte et drainage des méridiens I.Grêle et T. Réchauffeur. Travail mécanique sur cou-épaule mais aussi nettoyage émotif de l'arrière du Cœur.

JOUR 5 : Massage global de tout le corps et révision.

HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 5 jours = 440€. Début du cours le 1^{er} jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h. 16 personnes maximum. 30% d'arrhes à verser (soit 130€), non remboursable en cas de désistement. **Inscription obligatoire au 06 84 15 71 35.**

LIEU DE STAGE et HEBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (à 1h45 de Bordeaux et 1h de Toulouse).

- Nuit chambre de 2 personnes = **20,45€ (+ 0,75€** taxe de séjour) + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun compris). Prix par jour et par personne.
- Nuit en chambre individuelle sans WC-douche dans la chambre = **34,25€ (+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (WC + douche en commun + taxe de séjour compris).
- Nuit en chambre individuelle avec WC-douche dans la chambre = **43,25 €(+ 0,75€)** + **3,70€** pour l'utilisation de la cuisine (taxe de séjour compris).

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,80€** et serviette de toilette = **1,50€.**

Vous devez réserver votre hébergement le plus tôt possible et directement au Carmel au 05 63 04 62 21 ou sur le site www.lancienarmelmoissac.com