



Harmonie



Vitalité



Énergie



Partage



Sérénité



Journée

Qi



Réalité Intrafamiliale 'Autogestion de la violence'

Auto-défense pour femme & homme

. ATELIER 'CORPS (J+S) complété
d'éléments théoriques avec
. L'ATELIER 'COACH:
"Il y a des amours qui tuent
.., je t'aime moi non plus"

Donner sens
à l'existence
par l'essence

Dimanche 08 Mars 2015
14h - 19h

Salle de Gymnastique
du Collège de la Barre
1005 Lausanne

*EN HONNEUR
À LA JOURNÉE
INTERNATIONAL
DE LA FEMME*



EGALEMENT EN
EXCLUSIVITÉ
'SPECIAL ATELIERS'
SANTÉ & BIEN-ÊTRE



MÊME JOUR ET LIEU, DIMANCHE
08 MARS 2015, 08h - 14h

. MÉDITATION . QI GONG . TAI JI
. KUNG-FU . AUTOMASSAGE ANMO
TUINA . DÉFENSE PERSONNELLE
. TAO BÂTON ET SABRE CHUAN-SHU



AUTO-DÉFENSE pour femme & homme

Complété de l'Atelier Coach'Intrafamilial

Il y a des amours qui tuent ... je t'aime moi non plus !

- Différentes manières d'aimer (philosophie), étique & culture.
- Typologie et particularités de la Maltraitance, du (de la) maltraité(e) au (à la) maltraiteur (trice).
- Relation entre couple, entre amour & harmonie.



Objectifs: Travail psychopédagogique sur les attitudes utiles à la non-violence, sur l'in/sécurité, la confiance en soi-même « capacité de dire 'non' » et auto-estime ≈ Stabilité et mobilité (accorder le mouvement à l'action efficace) ≈ La Distance face à l'autre (espace approprié ~ zone de protection vital et intime) ≈ Techniques de confrontation visuelle (comportement adéquat, stratégies) ≈ Techniques de confrontation physique (rapidité et vitesse d'exécution, la stimulation, la force intérieur et extérieur) ≈ Travail sur l'intimidation (verbale, gestuelle, corporelle, émotionnelle, (...)).

Méthodologie: L'Atelier offre des techniques de dynamique de groupe qui analysent des situations réelles ou imaginaires, pour traiter les mécanismes psychologique et les phénomènes d'agression de la violence usuelle, urbaine, corporelle, verbale, conflictuelle suivant les altercations de tout genre ..., en couple, intrafamiliale, harcèlement, etc.

INTERVENANT: **Joaquim Fernandez**, vient spécialement d'Espagne pour impartir cette journée Qi. Il est Travailleur Social, animateur Socioculturel et Assistant Social à l'Ecole d'Etudes Sociales et Pédagogiques de Lausanne EESP avec Postgrade de Formateur Praticien PF-HES. Ex-colaborateur de la CIMI (Consultation Interdisciplinaire de la Maltraitance Intrafamiliale) en tant que Thérapeute/Educateur (Sistémique socio-pédagogique). Il est Fondateur du Centre Alba (en Espagne), de l'Académie Chuan-Shu international (siège à Lausanne), et de la Méthode Chuan-Shu d'Education *Conscientisation* par les Pairs MCECP (peers group process). Egalement Diplômé en Médecine Traditionnelle Chinoise Shao Yang international (Acupuncture, Massage chinois AnMo TuiNa, Qi Gong); certifié par l'UNIV. de L.E. Sichuan, Cheng Du et Tian Jin - R.P.Chine. Diplômé en Phyto/herboristerie ELPM (France). Diplômé Instructeur Qi Gong, Tai Ji et Kung-Fu international, (FSKB&AM), Breveté J+S (Jeunesse et Sport), et de l'Ecole d'Etat du Pan Gu Wushu (Hebei) R.P.Chine.



Ateliers impartis par intervenant expert en la matière, et suivant la méthode (J+S) Jeunesse et Sport, Macolin. Ouvert à toute personne qui se sent suffisamment adulte, souhaitant acquérir des **outils techniques et socio-pédagogiques** utiles pour la gestion de la violence.

☺ On peut venir habillé à sa guise mais en **tenue de sport** c'est plus agréable.

☺ **Halte-Jeux**, sur place, animé/e par un/e jeune Moniteur/trice. **+d'infos voir contact.**

INVESTISSEMENT:

**Prix réduit à la portée de tous,
50.-- Frs par personne
Offre spéciale: 80.-- Frs en couple**

**Inscription préalable . Délai fixé au
mercredi 04 mars 2015**

Places limitées veuillez vous inscrire au plus vite . Inscription à remettre sur place au cours ou à envoyer par e-mail

Contact ☎ ☑ **Bénédicte Gulias:**

077/458 68 49

academie.chuanshu@gmail.com



Académie Chuan-Shu 'Qi Gong . Tai Ji . Kung-Fu'

CP 338 1000 Lausanne Malley 16

www.kungfu-chuanshu.com www.qigong-chuanshu.com www.centro-alba.com