

**Atelier découverte**  
**Respiration Consciente**  
**dimanche 29 mai 2015**

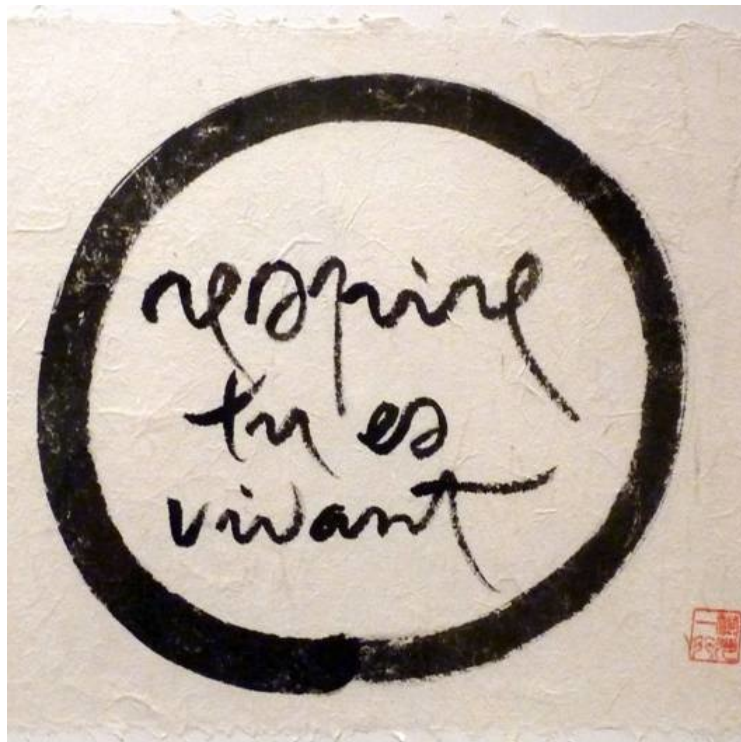
**animé par Philippe Masini et Mylène Masini-Calvel**

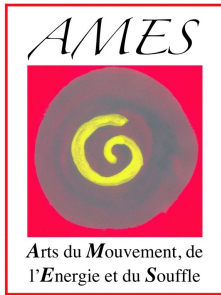
La *Respiration Consciente* ou *Rebirthing*, en plus d'être un magnifique outil de développement et d'épanouissement personnel, est une voie vers la connaissance du Soi et l'éveil.

Notre rapport à la vie, au monde et aux autres est intimement lié à notre souffle. L'empreinte de notre naissance et les marques de la vie se reflètent dans notre manière de respirer. En prendre conscience et libérer notre souffle nous pouvons transformer ce qui nous limite et nous empêche de nous épanouir pleinement.

La libération du souffle est une ouverture à la joie, la vitalité, la créativité, la spiritualité.

C'est un retour à Soi, qui intègre naturellement les dimensions physique, émotionnelle, mentale et spirituelle de notre Être, et nous replace comme créateur conscient de notre vie.





## Informations

# Atelier découverte

# Respiration Consciente

**Lieu** : région de Toulon (Six-Fours-les-Plages).

**Horaires** : dimanche 29 mai de 10h à 18h.

**Prévoir** :

- Une tenue confortable
- Un coussin et une couverture

**Participation** :

- 90 € pour les non-adhérents ou 75 € si inscription avant le 10 mai.
- 75 € pour les adhérents, les demandeurs d'emploi et les étudiants sur justificatifs ou 60 € si inscription avant le 10 mai.

**Informations** : Mylène 06 98 97 65 16 ou Philippe ou 06 68 30 74 16

**Site internet** : [www.ames.asso.fr](http://www.ames.asso.fr)

Bulletin d'inscription à renvoyer à :  
association AMES - 33 rue Emile ZOLA - 13650 MEYRARGUES  
Contact : 04 42 57 59 61 - [contact@ames.asso.fr](mailto:contact@ames.asso.fr)



**Je m'inscris à l'atelier du 29 mai 2016 :**

**Nom** : \_\_\_\_\_ **Prénom** : \_\_\_\_\_

**Date de naissance** : \_\_\_\_\_ **Profession** : \_\_\_\_\_

**Tél** : \_\_\_\_\_ **Portable** : \_\_\_\_\_

**Adresse** : \_\_\_\_\_

**CP** : \_\_\_\_\_ **Ville** : \_\_\_\_\_

**E-mail** : \_\_\_\_\_

**et je joins** :

un chèque d'arrhes de 35€       un chèque de la totalité : \_\_\_\_\_ €

à l'ordre de « association AMES »

**Date** :

**Signature** :