

REIKI 1^{er} degré

Prenez soin de vous

Vous ressentez du stress, de la fatigue, un besoin de recentrage ?

Le Reiki est une méthode simple et naturelle pour apaiser votre esprit, harmoniser vos émotions et revitaliser votre corps

Samedi 8 Mars et Dimanche 9 Mars 2025
9h30 à 17h

Ce stage est avant tout un moment de **détente, d'échange et d'exploration personnelle** où vous apprendrez à prendre soin de vous de manière autonome et naturelle



*Stage animé par
Hermine Mansuy assistée
par Christelle Masson.*



Qu'est-ce que le Reiki ? Le Reiki est une pratique énergétique d'origine japonaise qui consiste à canaliser une énergie bienveillante à travers les mains pour favoriser l'équilibre du corps et de l'esprit. Contrairement à ce que l'on pourrait penser, il ne s'agit pas d'un don réservé à quelques-uns : tout le monde peut apprendre à pratiquer le Reiki et en ressentir les bienfaits dès la première initiation.

Hermine Mansuy, Maître enseignant Reiki depuis 2003. Formée en médecine chinoise et astrologie humaniste, elle pratique également le chamanisme mongol. Forte de nombreuses expériences et voyages à travers le monde, elle accompagne depuis plus de 20 ans ceux qui souhaitent harmoniser leur énergie et intégrer le Reiki dans leur quotidien.

Christelle Masson, Spécialiste en Intelligence du Cœur, Directrice associée d'Imprévu13, elle propose un accompagnement complet de la personne sur les plans personnel, professionnel et spirituel.

Ce week-end de formation au Reiki 1^{er} degré est conçu pour ceux qui souhaitent intégrer cette pratique énergétique dans leur quotidien, non pas pour devenir thérapeutes, mais pour prendre soin d'eux-mêmes et de leurs proches.

Au programme :

- ✦ Découverte des **principes du Reiki** appliqués à votre quotidien
- ✦ Techniques pour **calmer le mental et libérer les émotions perturbatrices**
- ✦ Exercices pour **améliorer votre sommeil et votre équilibre énergétique**
- ✦ Apprentissage des **gestes simples pour un réel bien-être** sur tout le corps
- ✦ Méthodes pour **programmer vos réussites grâce à la pensée positive associée à l'énergie Reiki**

- ✦ Partage de **nombreuses astuces adaptées à vos besoins**

Les Résultats :

Se détendre profondément et libérer les tensions du quotidien

Mieux gérer ses émotions et retrouver un état de sérénité

Apaiser les douleurs et favoriser l'auto-guérison naturelle

Se reconnecter à soi-même et développer une meilleure conscience de son corps et de son énergie

Un apprentissage accessible à tous

Aucune connaissance préalable en énergétique ou en bien-être n'est nécessaire. Cette initiation est ouverte à tous, quelles que soient vos croyances ou votre expérience.

Inscriptions : L'inscription ne sera effective qu'après réception d'un acompte de 75€ par chèque.

Contact : Christelle Masson - 06 09 78 24 44

Coût : 150€

Lieu : Imprévu 13
Résidence Flandre
avenue de Flandre
entrée 13 appartement 13
59170 Croix