



Harmonie



Vitalité



Énergie



Partage



Sérénité



Réalité Intrafamiliale 'Autogestion de la violence'

AUTO-DÉFENSE

. ATELIER'CORPS (J+S) complété
de . l'ATELIER'COACH:
"Il y a des amours qui tuent
..., je t'aime moi non plus"

Mercredi 10 Juin 2015
17h ~ 21h30

**Salle de Gymnastique de la
Fondation Renée Delafontaine
1052 Mont-sur-Lausanne**

(Av. Clochatte 92 . Bus n°22 . Parking privé devant la salle)

BANDE ANNONCE EN EXCLUSIVITÉ
JOURNÉE QI
SANTÉ & BIEN-ÊTRE

DIMANCHE 14 JUIN 2015
08h - 18h . SALLE DE GYM.
COLLÈGE DE LA BARRE-LS

. MÉDITATION . QI GONG . TAI JI
. KUNG-FU . TAO BÂTON ET SABRE
CHUAN-SHU . SPÉCIAL ATELIERS:
* MASSAGE CHINOIS ANMO TUINA,
ET AUTOMASSAGE
* DÉFENSE PERSONNELLE MARTIALE
ET AUTO-DÉFENSE

PUIS DÈS ~18H30 FÊTE DE L'ÉTÉ
DE L'ACADÉMIE (JEUX, GRILLADES, (...))



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), éthique & culture.
- Typologie et particularités de la Maltraitance, du (de la) maltraité(e) au (à la) maltraiteur (trice).
- Relation entre couple, entre amour & harmonie.
- Gestion de la violence (distress), pédagogie participative (action / non-réaction).
- Adolescents agressifs ou indifférents, comment faire sans blesser, et évoluer.
- Enfants hyperactifs ou flegmatiques.



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.

😊 **Halte-Jeux envisagée**, sur place, animée par un jeune Moniteur/trice. **Annoncez-vous bien à l'avance et demander Infos préalables** 😊

INVESTISSEMENT:

50.-- Frs

**Inscription préalable . Délai fixé au
lundi 8 juin 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.qigong-chuanshu.com www.centro-alba.com

www.kungfu-chuanshu.com