

# 2ÈME ATELIER D'UNE SÉRIE SUR LE MIEUX-ÊTRE



## GUÉRIR C'EST S'AIMER COMMENT CULTIVER L'AMOUR DE SOI ?

Mettre de l'amour dans ce que nous vivons, s'aimer, apporte beaucoup de guérison dans notre vie et permet de se libérer des mémoires du passé, de faire la paix à l'intérieur, de vivre une vie plus satisfaisante.

Anne-Marie Valton, coach en relation d'aide, montrera dans ce prochain atelier comment on peut cultiver l'amour de soi en présentant une introduction à la technique Hooponopono provenant de Chamanes Hawaïen. Cette technique est très puissante pour guérir mentalement ou physiquement. La première partie plus théorique sera suivie d'une méditation et d'une pratique.

Joe Vitale a aidé à faire connaître cette technique mondialement, mais c'est le succès du Dr Hew Len qui pratiquait cette approche dans un hôpital psychiatrique à Hawaï qui a surpris tout le monde. En pratiquant cette approche, il a réussi à guérir des patients jugés dangereux sans les rencontrer comme-t-elle, il avait accès à leur dossier et il guérissait " la partie de lui qui les avait créés". Après 6 mois, des changements ont commencés à être visible chez certains patients, au bout de 4 ans l'institution a fermé relocalisant les quelques patients qui restaient à d'autres endroits.

Quand - Le 20 décembre 7h15pm - 9h45pm  
Où - Au Dépanneur Sylvestre, 9 Rue Fortier, Gatineau (Hull)  
Coût: contribution volontaire pour le Centre communautaire  
SVP réserver votre place  
Contacter Anne-Marie Valton au 819-772-9225  
ou à: [anne-marie.valton@hotmail.ca](mailto:anne-marie.valton@hotmail.ca)

Vous êtes tous les bienvenu(e)s,  
Au plaisir de vous y rencontrer

Anne-Marie Valton