

## L'objet de l'association :

Favoriser le bien-être physique et moral des personnes, réguler le stress et les émotions, développer la connaissance de soi et proposer une ouverture culturelle, spirituelle et artistique au moyen de techniques de développement personnel (shiatsu, do-in, réflexologie, aromathérapie, relaxation, visualisation, jeux de développement personnel, expression théâtrale...), d'ateliers, de stages, d'événementiels, de salons, de conférences et de concerts.

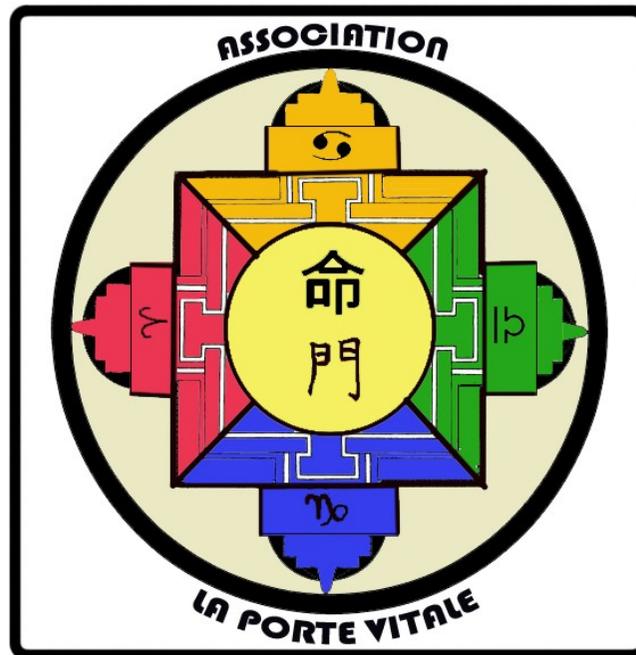


Le montant de l'adhésion à l'association "La Porte Vitale" est de 15 euros pour un an.

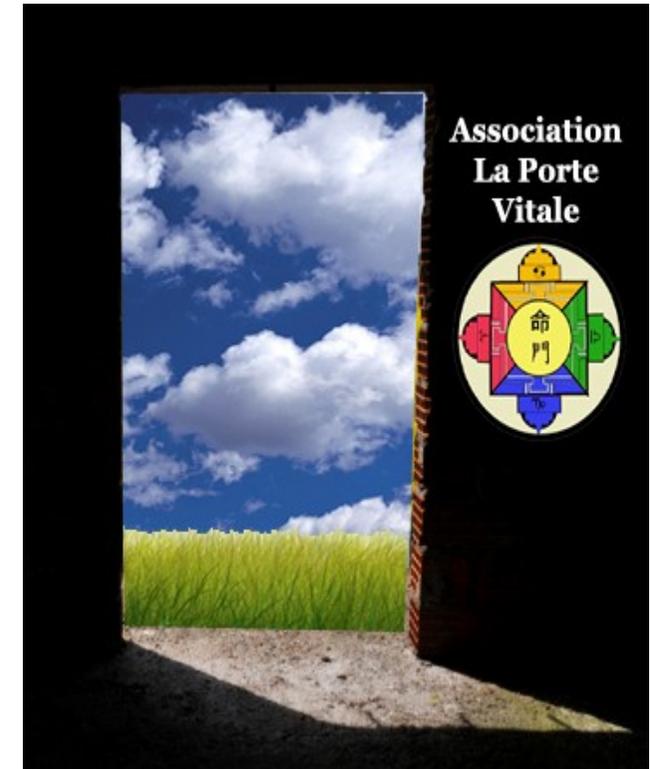
Cette adhésion permet de recevoir un shiatsu gratuit et de participer aux ateliers à des prix avantageux.

Elle ouvre également l'accès réservé au facebook des adhérents et permet de s'inscrire en priorité aux différents stages proposés par l'association.

Tous les renseignements sont sur le site <http://azur-shiatsu.com/> et la page facebook de l'association est <https://www.facebook.com/reveshiatsu>



## LA PORTE VITALE Association pour le développement personnel et la connaissance de soi



**Siège de l'association :**  
136 rue des créchets 59940 ESTAIRES  
Tél : 07 81 62 39 38  
[portevitale@gmail.com](mailto:portevitale@gmail.com)  
Site : [azur-shiatsu.com](http://azur-shiatsu.com)



## LE SHIATSU

Un art du toucher  
au service du bien-être.

Littéralement, « shiatsu » signifie pressions des doigts. Sa pratique s'inspire des traditions millénaires de la médecine énergétique chinoise et sa technique s'appuie sur le système des méridiens d'acupuncture qui parcourent le corps humain. Son objectif est à la fois d'équilibrer et de faire circuler l'énergie.

Le shiatsu n'est ni un massage, ni une idéologie. Il est un art de relaxation, de détente, de bien-être s'inscrivant dans le domaine de la prévention. Il est d'ailleurs considéré comme médecine au Japon depuis 1954.



## LES JEUX DE DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Des outils de connaissance de soi

- *Les Jardins de Colette - Parcours symbolique et ludique vers notre éden intérieur*
- *Le Jeu des miroirs - Découvrez votre vrai visage avec Douglas Harding et Jules Supervielle*
- *Les Trois cheveux d'or - Parcours de guérison avec les frères Grimm et Pierre Dhainaut*

Ces jeux originaux créés par Sabine Dewulf amènent le joueur à devenir créateur de sa propre vie en plongeant au cœur de lui-même grâce à différents exercices pratiques - relaxation, visualisation, écriture, collage, dessin, mime, gestes conscients, méditation, vision sans tête (méthode inventée par Douglas Harding), pratique du shiatsu...

En gardant des traces créatives de ses découvertes, le joueur s'accorde la possibilité de vivre son existence comme un véritable parcours psychologique et spirituel.



Ateliers de jeux de  
développement  
personnel en groupe

Tarif : 30 euros (1 matinée) ou 50 (la journée)

## Eric DEWULF

Travail sur les émotions individuellement et en groupes, 17 ans d'Adhyatma Yoga, 5 ans de formation à l'école Amma Shiatsu de Lesquin, 2ème degré en Reiki Ryoho avec Patrice Gros, formation en sonothérapie et en constellations familiales.

Praticien en shiatsu, sonothérapeute et constellateur familial, j'accompagne les personnes qui le souhaitent dans leur cheminement physique et émotionnel vers une détente et un bien-être authentiques.

## Sabine DEWULF

Ecrivaine, créatrice de jeux de développement personnel publiés au Souffle d'Or et psychanalyste en rêve-éveillé (formée par Marc-Alain Descamps), je propose des ateliers qui permettent à chacun de découvrir ses propres ressources et de se connaître d'une manière approfondie.

