

Catherine Béhar
Sophro-analyste
Aromatologue

Paris - L'Isle sur la Sorgue



Développement personnel et Ateliers

Ateliers conseillés par:



Catherine Béhar est Sophro-analyste, diplômée de l'Institut Européen de Sophro-Analyse et Aromatologue, diplômée du Collège International d'Aromathérapie de Dominique Baudoux.

Son approche psycho-corporelle, lui permet de vous accompagner pour gérer votre stress et vos émotions. De par sa formation approfondie concernant l'application thérapeutique des huiles essentielles, elle propose également de les utiliser par un massage spécifique destiné à un véritable accompagnement psycho-corporel qui permet de faire disparaître les tensions, les agressions de toutes sortes que nous subissons mentalement et qui se répercutent dans notre corps.

Vous avez peut-être eu l'occasion de la voir dans les émissions « Bien-Être » de la chaîne Direct 8, où elle nous a parlé des huiles essentielles, de leurs bienfaits, de leurs vertus et de leurs utilisations.

Elle est également formatrice en Aromatologie pour l'Institut Provençal d'Aromatologie du Lubéron et formatrice Sevessence formée par Jean-Charles Sommerard. Elle anime également des ateliers d'Aromatologie et de Sophro-olfactologie à Paris et en Provence..

Elle est l'auteur de deux livres:

- Prendre soin de sa beauté intérieure
Editions du Souffle d'Or
- Le guide de l'olfactothérapie:
Editions Albin Michel



Sommaire

| | |
|---|--------------|
| La Sophro-analyse | |
| Les 3 piliers de la Sophro-analyse | page 4 |
| Présentation de la Sophro-analyse | page 5 |
| L'Aromatologie et l'olfactologie | page 6 |
| Espace détente corporelle | page 7 |
| Les ateliers de Catherine Béhar | page 8 |
| Atelier de Sophro-olfactologie: | |
| Reconnaître et gérer les émotions | page 10 , 11 |
| Atelier Être au cœur de soi | page 12,13 |
| Atelier Voyage au fil des sens | page 14 |
| Atelier Aromatologie | page 15 |
| Atelier « Les génies Créatifs » | page 16 |
| 3 jours pour soi: | |
| A l'écoute des sens, une voie vers le bien-être | page 17 |
| Témoignages | page 18 |
| Calendrier: | page 20 |
| Pour s'inscrire | page 21 |
| Tarifs: | page 22 |
| Bulletin d'inscription: | page 23 |

La Sophro-Analyse: rencontre de trois grands piliers de la connaissance de soi

Trois dimensions essentielles de l'accompagnement thérapeutique: le corps, l'esprit, et l'être fondamental que nous sommes vraiment au-delà de nos automatismes psychologiques.



Ces trois dimensions réunies créent un processus qui favorise l'émergence d'un état d'être vous permettant de retrouver votre valeur fondamentale en tant qu'être distinct, sexué et inter-relié à l'ensemble du vivant. C'est une méthode psycho-corporelle qui repose sur:

La Sophrologie

Vous apprenez à vous relaxer, à respirer et à porter votre attention sur ce qu'il se passe en vous.

Votre corps et vos émotions deviennent de précieux alliés pour aller à la découverte de vous-même. Vous devenez l'observateur sensoriel de votre monde intérieur et accédez à vos réels besoins et ré-informez les messages limitant du passé.

La Psychothérapie

Deux étapes fondamentales:

- Reconnaître, accueillir et pacifier votre histoire comme étant une part importante de vous-même.
- Identifier clairement les messages issus de votre passé auxquels vous souscrivez encore inconsciemment et qui impactent votre sentiment d'identité aujourd'hui.

La tradition de la non- dualité

En vous invitant à questionner vos pensées plutôt que de les croire aveuglément, cela vous permet de prendre conscience que nous sommes tous inter-reliés et que notre perception de l'extérieur est un reflet de notre monde intérieur.

La Sophro-Analyse



C'est une méthode psycho-corporelle, qui réunit la voie orientale –Méditation et Sophrologie—et la voie occidentale—Psychothérapie—de la réalisation de soi. C'est un processus de croissance intérieure qui favorise l'union de la conscience et de l'amour.

Vous allez explorer vos besoins psychologiques fondamentaux. Repérer la part de transfert et de projection dans les relations du présent.

Dialoguer avec votre monde intérieur et écouter les messages du corps.

Cultiver la pleine conscience.

La Sophro-Analyse s'inscrit dans une démarche psycho-corporelle qui peut être vécue en groupe ou en séance individuelle.

L'Aromathérapie et l'Olfactothérapie®



L'Aromathérapie désigne l'emploi des huiles essentielles issues des plantes aromatiques, pour améliorer la santé et le bien-être, voire traiter certaines pathologies.

L'huile essentielle est généralement utilisée pour relancer l'élan vital de l'organisme, redonner du tonus à une personne fatiguée et venir en aide à une immunité qui n'assure plus son rôle face aux agressions que subit le corps au quotidien.

Sur le plan psychique, l'utilisation de l'Aromathérapie permet de rétablir l'harmonie entre le corps et l'esprit, c'est là que l'Olfactothérapie® trouve toute sa place, car les fragrances des huiles essentielles agissent sur le mental, leur concentration biochimique de principes actifs terpéniques traite les divers troubles organiques.

L'Olfactothérapie® : Aujourd'hui, ma pratique et celle de nombreux confrères montrent que de plus en plus de personnes ont besoin d'être reliés à leur corps.

L'Olfactothérapie®, de par son approche psycho-corporelle, répond alors très bien à ce besoin; elle utilise l'odeur des huiles essentielles pour se rapprocher au plus près des causes de la souffrance enfouies au plus profond du psychisme de l'être, dans le passé de la personne, afin de les mener vers une transformation.

L'odorat est certainement celui de nos 5 sens qui permet le mieux de nous mettre en lien avec notre partie émotionnelle et inconsciente. Ainsi, nous avons tous vécu l'émergence de souvenirs enfouis en respirant l'odeur d'une fleur, d'un lieu ou d'un plat... De ce point de vue, l'odorat semble être le trajet idéal pour communiquer des informations au rhinencéphale, le « cerveau archaïque », cette partie du cerveau qui synthétise, est activée, sans passer par le mental et la « raison raisonnée », la partie du cerveau qui analyse.

Un peu plus détaillé, le principe de la perception des odeurs est basé sur le fait que les Huiles essentielles dégagent des molécules détectées par les cellules olfactives tapissant la partie supérieure de la cavité nasale. Ces cellules ou « neurones sensoriels spécialisés », sont situés dans les muqueuses ; chacun est relié au cerveau par une même et longue fibre nerveuse. Lorsque une ou des molécules sont perçues par cette zone, une réaction physico-chimique s'opère. De cette manière, la réaction de l'odorat est puissante et immédiate. Cela tient au fait que la zone du cerveau associée au sens olfactif est en liaison étroite avec la zone limbique, siège de nos réactions les plus subtiles, comme les émotions, la mémoire, la libido et l'intuition. Elle est également en rapport avec l'hypothalamus,

glande très importante qui contrôle l'ensemble du système hormonal par l'intermédiaire de l'hypophyse.

L'Olfactothérapie® se sert de cette capacité évocatrice des odeurs pour retrouver l'origine enfouie et oubliée d'une tension, d'un traumatisme, d'un blocage... Puis, lorsque la nature du traumatisme est mise à jour, il devient plus facile de comprendre les implications qui y ont été associées: sensations physiques, croyances, comportements... « Lorsque la muqueuse nasale est excitée par la détection d'une odeur, explique Gilles Fournil auprès de qui je me suis formée à l'Olfactothérapie®, celle-ci envoie des stimuli au rhinencéphale (étymologiquement : le cerveau du nez). Le message est alors traduit en une forme (image en trois dimensions). Puis cette forme est comparée à celles déjà en mémoire pour éventuellement la reconnaître et détecter la composition de cette odeur ».

Dans la représentation symbolique du corps sur laquelle je m'appuie, le cerveau gauche représente la logique, le rationnel analytique, la « raison raisonnante », et le cerveau droit la part de l'émotionnel, du créatif, le siège de l'intuition... **L'Olfactothérapie®** aide notre esprit trop souvent rationnel, à basculer vers le cerveau droit. De cette manière, la personne prend conscience que le vécu, le ressenti d'une odeur lui est unique, et qu'elle l'amène à une prise de conscience de sa propre identité.

Espace détente corporelle



Vous le savez peut-être, la peau est le premier-né de nos organes. Lorsque l'embryon n'a encore ni yeux ni oreille et qu'il ne mesure encore que trois centimètres, il possède déjà une peau élaborée capable de ressentir un choc et d'y réagir. La peau est un organe essentiel dans le développement de l'individu. Chaque sensation reçue est un message fondamental dès l'instant de la naissance et même avant. On peut ajouter sans hésiter le toucher à la liste de nos besoins organiques fondamentaux. Toucher et être touché est aussi indispensable que boire, manger, dormir... Si le toucher est un acte essentiel de la vie, se laisser toucher aussi.

Ma conception du Toucher

Par le toucher je transmets de l'énergie, je communique: un merveilleux outil qui peut être pratiqué de différentes façons. On peut « toucher » par le regard, les mots, la musique, la pensée..., avec ses mains, ses pieds, son corps. C'est un moyen extraordinaire de contact et de réparation qui facilite les échanges, les partages, les rencontres.

Lorsque je pratique le « toucher », je me trouve face à trois éléments importants:

- Moi
- L'autre
- La relation qui se noue entre les deux

Quand la perception et la connaissance des différents états d'être est claire, quand je suis à ma juste place à tenir dans une relation d'aide, ce « Toucher en conscience » peut se transformer en « Toucher énergie ».

Pour moi le « Toucher juste » est très important en thérapie. Voilà pourquoi j'aime associer à une séance de sophrologie un moment où, soit je masse, soit je pratique une séance énergétique de toucher, qui renforce et met en harmonie le corps et l'esprit. Je pratique le « Toucher » par le massage bien-être d'hyper relaxation, une technique qui permet de relâcher toutes les tensions du corps, de procurer énormément de détente et de refaire prendre conscience à la personne de sa corporalité.

C'est une méthode basée sur la mise en synergie de plusieurs techniques de connaissance du psychisme humain et des processus de sa dynamisation efficace: l'association de la relaxation, de la respiration (bio-dynamique), de la visualisation positive et du support de l'Aromathérapie.

Les ateliers de Catherine



Tout au long de l'année, je vous propose des ateliers d'Aromatologie, d'Olfactologie, de Sophro-olfactologie sur différents thèmes.

Ces ateliers s'adressent à toutes les personnes désireuses de prendre soin de leur corps, d'accompagner leurs émotions. Mais aussi à toutes celles qui désirent compléter une formation d'accompagnement en milieu hospitalier, en maison de retraite, dans les écoles, aux kinésithérapeutes, aux ostéopathes, aux infirmières...

En ce qui concerne les ateliers d'olfactologie ou de « Sophro-olfactologie », j'ai à cœur de faire le lien entre l'aspect physiologique et psychologique.

Vous n'êtes pas sans savoir que le principe de l'olfaction est très important dans notre évolution. Que les huiles essentielles sont des produits « vivants » et extrêmement actifs. Les principes moléculaires dont elles sont composées agissent non seulement sur notre corps mais aussi sont vecteurs d'informations pour notre cerveau, notre mental.

J'ai envie de vous dire que les huiles essentielles sont aussi de merveilleuses « Sophro-analystes »!

Ce sont de belles compagnes, à qui sait les utiliser.

Mon parcours en tant que Sophro-analyste me permet de faire ce lien et c'est aussi pour cela que dans mes ateliers, je vous donne des clefs d'accompagnement psycho-corporel avec chacune d'entre elles.



L'olfaction au service des émotions

Atelier de Sophro-Olfactologie Reconnaître et gérer les émotions

Il faut savoir qu'à sa naissance, l'être humain dispose de 4 émotions de base qui ont chacune une utilité:

- **la joie** sert de moteur à l'envie de vivre et de progresser. C'est une source de motivation et de santé.
- **La colère** sert à trouver et à mettre ses limites
- **La peur** signale un danger qui nécessite la mise en place d'une protection.
- **La tristesse** permet de clore une période de vie, c'est une émotion que l'on ressent lorsque nous avons un deuil à faire, que ce soit d'une situation ou d'une personne.

Dans chaque famille, il existe des émotions « autorisées » et d'autres « interdites ». Dans notre enfance nous recevons une éducation et des messages, parfois en fonction du sexe qui est le notre, suivant un code social avec des messages du style: « Un garçon ça ne doit pas pleurer! » ou « une petite fille ne se met pas en colère! » (Si, si ça existe encore!)

En fait les émotions « interdites » par les parents, entrent en résonance avec toute la tristesse et la colère stockées et refoulées des parents, aussi avec leur peur de ne pas savoir ou de ne pas pouvoir gérer celles-ci.

Imaginez une famille où la tristesse est une émotion « interdite », si leur enfant pleure tristement, cela va provoquer chez eux des attitudes « anti-stress » du style:

- **La honte** « tu es ridicule de pleurer comme ça! »
- **La culpabilisation:** « arrête, ça me rend malade de te voir te mettre dans cet état! »
- **Le déni:** « Il n'y a pas de quoi être triste pour si peu! »
- **La peur:** « si tu continues, tu vas pleurer pour quelque chose! »
- **Le pansement:** « ne pleure pas, maman va t'acheter une glace, d'accord? »....

Pour pouvoir gérer les émotions, il faut d'abord apprendre à les nommer, les reconnaître, les accueillir pour se donner le droit de les ressentir sans honte ni culpabilité, puis apprendre à écouter le message que l'émotion a à nous dire.

De quoi ai-je peur? Comment me protéger? Qu'est-ce qui a provoqué cette tristesse que je ressens depuis...? De quoi ou de qui ai-je un deuil à faire? Cette colère, quelle intrusion sur mon territoire me signale-t-elle? Où était la limite qui vient d'être dépassée? Comment la remettre en place? Et cette joie simple d'entendre les oiseaux chanter, voir le soleil briller, que se passerait-il si je savourais à pleins poumons? Y aurait-il un inconvénient?

Pour tous ceux et celles qui se sentent concernés par ce thème et qui souhaitent apprendre à comprendre et à gérer leurs émotions, je propose cet atelier de 4 x 2 jours, où je proposerai des « outils » de relaxation, de prise de conscience par la compréhension et par l'intégration émotionnelle des nouvelles ressources pour accompagner les émotions.

Différents exercices sont proposés dans ce programme réparti en 4 week-ends: Vous apprenez à repérer les grands principes de la psyché sur soi, vous apprivoisez votre conscience corporelle, vous apprenez à écouter, ressentir le langage du corps, à laisser le calme mental s'installer en vous par des relaxations, des méditations, de la danse et des respirations dynamiques d'huiles essentielles. Vous explorez vos besoins fondamentaux, identifiez vos stratégies relationnelles.

- **Jeu de rôle**
- **Relaxation**
- **Prise de conscience de la mécanique émotionnelle**
- **Visualisations positives.**
- **Pratique des 3 clefs de libération: Souffle, Mouvement et Son**

Informations pratiques

Cet atelier est ouvert à tous

Lieu:

À Paris

Tarif::

4 week-ends: 720€

Horaires:

Samedi: 9h30—18h

Dimanche: 9h30—17h

Nombre de participants:

12 personnes maximum

Inscription:

Retourner votre bulletin d'inscription avec le règlement

Le suivi de ces ateliers donne accès à la délivrance d'une attestation de présence à l'atelier de Sophro-olfactologie.

Atelier Être au cœur de soi Symbolique psycho-émotionnelle Des huiles essentielles



Cet atelier a pour but de vous faire découvrir tout ce que les huiles essentielles ont à vous offrir pour vous guider vers votre essentiel. Prendre soin de votre corps et accompagner vos émotions.

Au cours de cet atelier vous allez découvrir les bienfaits de la respiration des huiles essentielles. Du principe de l'olfaction et l'impact des huiles essentielles sur vos émotions et vos comportements.

Atelier N°1:

Cet atelier se déroule sur une période de 2 jours, pendant lesquels vous apprendrez le principe de l'olfaction et ses mécanismes; le mode d'utilisation des huiles essentielles dans un cadre psycho-émotionnel; les familles biochimiques agissant sur les émotions; le principe de la respiration; comment décrire une huile essentielle; définir les émotions de base; aller à la rencontre de l'huile essentielle; des exercices de respirations avec les huiles essentielles; l'étude de quelques points énergétiques pour appliquer les huiles essentielles; les huiles essentielles étudiées au cours de ces 2 jours:

- La Lavande Vraie
- Le Lavandin
- L'Orange douce
- Le Citron
- Le Nérolie.

Atelier N°2

Une journée autour des huiles essentielles suivantes:

- Petit grain Bigarade
- Petit grain Citronnier
- Menthe poivrée
- Basilic Tropical
- Pin sylvestre

Atelier N°3

Une journée autour des huiles essentielles suivantes:

- Hélichryse italienne
- Gaulthérie
- Eucalyptus citronné
- Eucalyptus radiata
- Eucalyptus globulus

Atelier N°4

Une journée autour des huiles essentielles suivantes:

- Ravintsara
- Tea tree
- Niaouli
- Ylang-ylang
- Bois de cèdre

Atelier N°5

Une journée autour des huiles essentielles suivantes:

- Vétiver
- Géranium Bourbon
- Camomille matricaire
- Benjoin
- Jasmin

Atelier N°6

Une journée autour des huiles essentielles suivantes:

- Rose
- Myrte vert
- Laurier noble
- Genévrier
- Encens

A l'issue de cette série d'ateliers vous repartirez avec votre synergie d'huiles essentielles pour soigner votre corps et prendre soin de vos émotions.

La devise de cet atelier complet:

« Être en harmonie avec soi et son environnement, l'esprit calme, le cœur ouvert et un corps qui respire »

Informations

pratiques

Cet atelier s'adresse à toutes les personnes ayant déjà l'habitude des huiles essentielles et intéressées d'utiliser les huiles essentielles dans un cadre psycho-émotionnel, d'une façon personnelle ou professionnelle

Lieu:

À Paris

Prix:

7 jours: 630€
90€/j*

* Les ateliers peuvent être suivis séparément
12 personnes maximum
Le suivi complet donne accès à une attestation de suivi de l'atelier d'Olfactologie

Atelier Voyage au fil des sens



Nous passons tellement de temps dans notre tête que nous oublions que notre corps recèle une immense intelligence et qu'il est connecté à tout ce qui l'entoure.

Pour certaines personnes il est difficile de ressentir. D'autres, ressentent des perceptions sensorielles tellement fortes, qu'elles en ont peur.

Être à l'équilibre, demande d'établir un contact frontière avec nos perceptions, c'est-à-dire être à leur écoute sans fusionner avec, ni les fuir.

Votre corps parle. Son langage s'exprime par les postures, les sensations, les émotions, les somatisations.... L'énergie vitale circule en lui, l'âme....

C'est en étant à l'écoute de vos sens, que vous percevez les messages de votre corps et que l'intuition jaillit. La conscience corporelle vous révèle vos besoins profonds et laisse les émotions non reconnues s'exprimer dans le calme du mental. Elle favorise l'émergence d'une perception plus large et réveille la joie intense d'être vivant.

Je propose cet atelier dans un cadre propice à l'instant présent, en Provence, à L'Isle sur la Sorgue dans le Vaucluse. Mais aussi à Paris.

3 jours pour faire un voyage sensoriel où tous vos sens seront sollicités afin de vous ressourcer, de retrouver l'harmonie et l'équilibre intérieur pour prendre soin de vous.

Vous rencontrerez également des huiles essentielles, avec lesquelles vous allez résonner, respirer.

Vous pratiquerez des méditations sensorielles autour du Toucher, de la vue, de l'odorat, du goût, de l'écoute et du ressenti kinesthésique.

Vous repartirez avec un parfum de bien-être personnel que vous créerez avec les huiles essentielles pour continuer ce voyage des sens.

Un atelier ludique pour se faire du bien!

Ateliers pour tous
3 jours à l'Isle sur la Sorgue (84800)
et à Paris

Prix: 270€ 12 personnes maximum



Atelier Aromatologie

Les huiles essentielles pour prendre soin de notre corps

Je vous propose un atelier sur 5 modules d'une demi-journée. Vous y découvrirez toute la puissance des huiles essentielles. À travers une aromathérapie vivante et sensorielle. Vous apprendrez à utiliser les huiles essentielles en diffusion, dans le bain, en massage...

- **Atelier N°1:**
Rencontre avec les huiles essentielles, leur histoire (de la plante à l'obtention de l'huile essentielle); les précautions de base; leurs différentes utilisations.
- **Atelier N°2:**
Etude de la famille Respiratoire et relaxante
- **Atelier N°3:** Etude de la famille circulatoire et anti-douleur
- **Atelier N°4:**
Etude de la famille digestive et sensuelle
- **Atelier N°5**
Créer un parfum à son image
Vision Naturopathique
Profil Hypocratique

Informations pratiques

Ateliers pour tous publics

Lieux:

Paris , et en Provence
5 modules

12 personnes maximum

225€/ (ateliers ou 45€/l'atelier



Atelier Des Génies Créatifs®

Et s'il était possible de vous accompagner de fées et de lutins pour résoudre vos difficultés?

Vous voulez développer votre imagination. Vous rencontrez une difficulté dans un domaine personnel, professionnel, affectif et vous cherchez une solution.

Le jeu « Les Génies Créatifs® » est un outil ludique qui fonctionne par l'utilisation des symboles et l'association d'idées.

Les ateliers collectifs que je vous propose en tant qu'animatrice du jeu, vous aident à ouvrir des pistes d'exploitation pour dépasser la situation.

Je vous propose également ce jeu en séances individuelles . Dans le cadre des ateliers, il peut y avoir un thème prédéfini, ou une question unique, définie par le groupe. Dans ce cas, chaque joueur pose une question, tire une carte, relève les idées que le symbole lui inspire, et chaque participant fait ses suggestions.

La créativité du groupe augmente le nombre d'associations d'idées et amplifie la quantité de solutions. Ce jeu génère rapidement et de façon ludique une cohésion d'équipe propice aux échanges et à la créativité.

Informations pratiques

Ateliers pour tous publics
(adultes et enfants à partir de 10ans)

6 personnes maximum

30€/ demi-journée
70€ la séance individuelle de 1h30



3 jours pour soi:
« A l'écoute des sens , une voie vers
le bien - être »

Je vous propose de vous recevoir pendant 3 jours
dans ma maison Provençale , **en mai, juin,
septembre et octobre**, dans un cadre propice à

l'instant présent où vous allez prendre le temps d'établir un contact frontrière
avec vos perceptions, c'est-à-dire être à leur écoute sans fusionner avec, ni les fuir
afin de retrouver un équilibre.

Votre corps parle. Son langage s'exprime par les postures, les sensations, les
émotions, les somatisations.... L'énergie vitale circule en lui, l'âme....

C'est en étant à l'écoute de vos sens, que vous percevez les messages de votre
corps et que l'intuition jaillit. La conscience corporelle vous révèle vos besoins
profonds et laisse les émotions non reconnues s'exprimer dans le calme du
mental. Elle favorise l'émergence d'une perception plus large et réveille la joie
intense d'être vivant.

3 jours où tous vos sens seront sollicités afin de vous ressourcer, de retrouver
l'harmonie et l'équilibre intérieur pour prendre soin de vous.

Vous rencontrerez également des huiles essentielles, avec lesquelles vous allez
résonner, respirer.

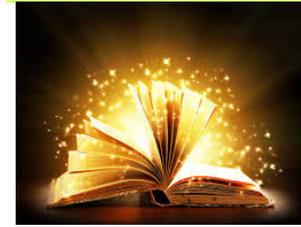
Vous pratiquerez des méditations sensorielles autour du Toucher, de la vue, de
l'odorat, du goût, de l'écoute et du ressenti kinesthésique.

Pour ceux et celles qui le souhaitent, un massage aux huiles essentielles , ou une
relaxation sur coussin d'air
ergonomique sera pratiqué pendant
votre séjour.

3 jours, où vous serez logés (ées), et
où nous partagerons nos repas en
toute convivialité et pour le plaisir
des sens.

Vous repartirez avec un parfum de
bien-être personnel que vous créerez
avec les huiles essentielles pour
continuer cette voie du bien-être.

**Informations
pratiques:***
3 jours pour soi,
(hébergement
compris du jeudi soir au
dimanche en fin d'après-midi:
500€
***4 personnes maximum**



Témoignages
2011 -2012

« J'ai reçu une formation d'olfactothérapie animée par
Catherine Béhar: Je n'imaginai pas à quel point les
huiles essentielles pouvaient être puissantes en olfacto, je
me savais émotionnelle mais j'ai été surprise par leur effet . Je retiens de cette expérience
une avancée psychologique personnelle, un savoir-faire en consultation pour aider mes
patients à évacuer un trop-plein d'émotions ou de problèmes simplement en sentant des
huiles essentielles.. Les huiles essentielles font voyager dans notre inconscient et nous
libèrent de points de blocage émotionnels parfois très anciens et obsessionnels. Après une
formation avec Catherine, j'atteste qu'on est en mesure de mettre en œuvre
immédiatement et durablement son enseignement.» Geneviève B.

« J'ai passé un super début de module Energétique-Olfacto, et Catherine est quelqu'un de
passionnant! Merci! » Céline S.

« J'ai eu 2 clients aujourd'hui avec lesquels j'ai pu proposer des huiles essentielles qui
m'ont semblées en rapport avec leur besoin. Je me suis sentie plus à l'aise et contente de
pouvoir partager cette nouvelle approche avec eux. Alors, à nouveau, merci pour cela. »
Albane B.

« Merci d'avoir croisé mon chemin, merci de ton partage, tout cela pour te dire que cet
atelier a été très révélateur et inspirant pour moi, donc je t'en suis énormément
reconnaisante. » Caroline H.

« Les deux modules d'Olfactologie se sont parfaitement déroulés. Le contenu a répondu à
mes attentes. Catherine est une formatrice généreuse et très professionnelle qui a su nous
faire comprendre l'Olfactologie et nous transmettre ce merveilleux « outil »
Je me sens prête à recevoir des clients et les accompagner dans ce travail. » Céline K.

Ateliers sur mesure



Je vous propose également la possibilité de créer des ateliers* sur mesure en fonction des thèmes choisis.

N'hésitez pas à me contacter pour en parler et établir un devis.

**A partir de 6 personnes.*



Calendrier

A Paris et en Provence:

Se rendre sur le site : www.beaute-therapie.com

Rubrique: ateliers, tarifs et calendrier

Ou joindre directement **Catherine Béhar:**

Via le mail: catherinebehar@magic.fr

Tél: 06 81 36 92 08

-

Pour s'inscrire

Merci de renvoyer le bulletin d'inscription correctement rempli, en indiquant le ou les ateliers auxquels vous souhaitez vous inscrire. Tous les tarifs sont en page 22

Vous calculez le total et vous l'inscrivez au bas de la page.

Vous sélectionnez vos modalités de paiement*et établissez l'ensemble des règlements à l'ordre de Catherine Béhar, société EPSYLLONE.

Vous datez et signez.

* si vous désirez régler en plusieurs fois contactez moi

Vous adressez votre inscription et votre règlement à:

Catherine Béhar, société Epsylone

18bis, rue de la Belgique

92190 Meudon

A réception vous recevrez un e-mail vous confirmant votre inscription et la bonne réception de votre règlement. Vous trouverez également toutes les informations pratiques dont vous aurez besoin pour suivre sereinement vos ateliers (dates, horaires, lieux, hôtel à proximité)

Votre règlement sera encaissé après le premier module de l'atelier effectué.

Dans le cas de plusieurs chèques, ils seront encaissés le 10 de chaque mois.

Conformément à l'article L.6353-5 du Code du travail, il est rappelé que dans un délai de 10 jours à compter de la signature de l'inscription, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée, avec accusé de réception, adressée à Catherine Béhar, 18bis rue de la Belgique 92190 Meudon. Votre règlement vous sera rendu.

Conditions de désistement:

- Désistement 15jours avant la date du début de l'atelier, votre règlement vous sera totalement remboursé
- Désistement 8 jours avant la date du début de l'atelier: 50% de votre règlement vous seront remboursés.
- Désistement au-delà de ces 8jours: 25% de votre règlement vous seront remboursés.

L'intervenante se donne le droit d'annuler et de vous rembourser 15 jours avant le début de l'atelier sous réserve d'un nombre minimum de participants.



Tarifs

| Ateliers | Tarifs | page |
|---|---------------|---------|
| Atelier de Sophro-Olfactologie Reconnaître Et gérer les émotions | 720€ | P. 10 |
| Atelier Être au cœur de soi Symbolique psycho - émotionnelle des huiles essentielles | 630€ 90€/j | P.12,13 |
| Atelier Voyage au fil des sens | 270€ | P.14 |
| Ateliers d'Aromatologie: Les huiles essentielles pour prendre soin de notre corps | 450€ | P. 16 |
| Atelier « Les Génies Créatifs: Séance individuelle d'1h30: | 30€ 70€ | P. 17 |
| 3 jours pour soi: A l'écoute des sens, une voie vers le bien-être | 500€ | P. 19 |

Modalité de paiement:

Paiement échelonné: vous pouvez fractionner en 2 mensualités l'atelier:

« Voyage au fil des sens. »

Vous pouvez fractionner en 3 mensualités, les ateliers:

« Être au cœur de soi »

« Atelier d'Aromatologie: les huiles essentielles pour prendre soin de notre corps. »

