LibrEnSoins vous propose une série de conférences, de formations, d'ateliers à votre disposition.

Si vous souhaitez un ou plusieurs thèmes au sein d'une structure (entreprises, associations, collectifs ou particuliers…) ce document évolutif et réactualisé régulièrement vous permettra de prendre contact directement avec l'intervenant, afin d'obtenir toutes les informations nécessaires.

Contact : librensoins82@protonmail.com

Calendrier des événements à venir
(Stages, formations, ateliers, conférences, rencontres …)

Ctrl-clic sur le nom de l'intervenant ⇨ renvoi vers ses coordonnées et ses domaines d'interventions

Dates	Evénements	Intervenants	Lieux
06/09/2025	Atelier Yoga/MTC – thématique : ménopause - ostéoporose	Valérie Jean	Montauban (82)
20/09/2025	Atelier Yoga/MTC – thématique : ménopause - ostéoporose	Valérie Jean	Moissac (82)
28/09/2025	Stage Téhima	Aurélie Macarez	Lagraulet-St-Nicolas (31)
09/10/2025	Conférence « Y aurait-il un mode d'emploi pour retrouver son unité ? »	Aurélie Macarez	Reyniès (82)
11/10/2025	Initiation aux lettres hébraïques	Aurélie Macarez	Montauban (82)
11/10/2025	Atelier Yoga/MTC – thématique : haut du dos	Valérie Jean	Moissac (82)
11/10/2025	Atelier MEGC – Relations parents/enfants : de la tension à l'harmonie	Carole Onrozat	Montbartier (82)
18/10/2025	Initiation aux lettres hébraïques	Aurélie Macarez	Montauban (82)
18/10/2025	Atelier MTC pour préparer l'hiver	Valérie Jean	Moissac (82)
25/10 et 26/10/2025	Découverte autour des lettres hébraïques et leur pratique en Téhima	Aurélie Macarez	Réalville (82)

Dates	Evénements	Intervenants	Lieux
Novembre 2025 **Une journée par mois**	Formation sur 9 mois - Pratique physique et intégration spirituelle des 22 lettres hébraïques Clic sur Plus d'infos Ou se rendre en page 7	Aurélie Macarez	Montauban (82)
01/11/2025	Atelier Yoga/MTC – thématique : phytothérapie	Valérie Jean	Moissac (82)
22/11/2025	Atelier Yoga/MTC – thématique : troubles du sommeil	Valérie Jean	Moissac (82)
29/11/2025	Atelier MEGC – Comprendre ses peurs pour retrouver sa légèreté	Carole Onrozat	Montbartier (82)
17/01/2026	Atelier MTC pour préparer le printemps	Valérie Jean	Moissac (82)
25/04/2026	Atelier MTC pour préparer l'été	Valérie Jean	Moissac (82)
25/07/2026	Atelier MTC pour préparer l'automne	Valérie Jean	Moissac (82)

Accès à la liste des intervenants avec leurs thématiques

Liste des intervenants avec leurs thématiques

Vous trouverez, ci-après, les thématiques proposées par chacun des intervenants de LibrEnSoins, ainsi que tous les détails sur les événements listés dans le calendrier précédent.

Si des thématiques vous intéressent, nous vous invitons à contacter directement les personnes organisatrices, pour plus de renseignements.

Valérie JEAN 07.82.62.55.89 latelierzen82@yahoo.com www.latelierzen82.fr	Praticienne en Médecine Traditionnelle Chinoise. Spécialisée en massage Tui Na et Chi Nei Tsang, et en diététique chinoise. Animatrice d'ateliers sur les bases de Médecine Chinoise, acupression et automassage pour le soulagement des douleurs.
Auriculothérapie	Formation à l'auriculothérapie
☞	
Médecine Traditionnelle Chinoise	**Cursus démarré en septembre 2024 – complet** Lieux : Moissac – Castelsarrasin - Montauban Un atelier par mois – étude d'un organe en médecine chinoise **N'hésitez pas à me téléphoner pour le détail du programme et autres informations pratiques**
☞ **Calendrier 2024-2025**	Voir le site internet
Ateliers trimestriels pour préparer la saison à venir	**Au programme : QI Gong, notions de médecine chinoise, diététique, automassage/acupression, méditation** Lieu : Centre Intikiya - Moissac
☞ **Saison 2025-2026**	18/10/2025 – l'hiver 17/01/2026 – le printemps 25/04/2026 – l'été 25/07/2026 – l'automne
Ateliers yoga/médecine chinoise	Ateliers mêlant les 2 disciplines, pour soulager les maux du quotidien Sur inscription – 10 participants maximum – 30€
Atelier ménopause - ostéoporose ☞	06/09/2025 à Montauban 20/09/2025 à Moissac
Atelier haut du dos ☞	11/10/2025 à Moissac
Atelier phytothérapie ☞	01/11/2025 à Moissac
Atelier troubles du sommeil ☞	22/11/2025 à Moissac

Aurélie MACAREZ 07.49.24.80.92 yod.posture@gmail.com Instagram : yod.posture Facebook : Aurelie Macarez Chaîne You tube : Yod Posture Mouvement by Or-Elie.	Je suis posturologue holistique, conférencière, formatrice et professeur de Téhima. Passionnée de symbolisme du corps humain, je vous offre mon expertise de 17 années en tant que podologue - posturologue, sur les chaînes musculaires qui organisent notre corps. Je nourris également mon métier de mon chemin spirituel, d'amour et de lumière. Je travaille au sein de mon association Yod Posture & Mouvement qui promeut le rétablissement de l'Etre dans sa posture physique, psychique, philosophique et spirituelle.
Lettres hébraïques	Approche philosophique des 22 lettres hébraïques, véritable chemin initiatique vers un alignement profond de l'Etre avec lui-même, avec les autres et dans le monde, gage d'une santé physique, mentale et spirituelle.
Prochaine date	Conférence le 09/10/2025 à Reyniès à 19h, avec l'association Vivre en Soi : « Y aurait-il un mode d'emploi pour retrouver son unité ? »
Téhima	Pratique corporelle posturale qui nous invite à incarner, au travers du mouvement, notre spiritualité. C'est une gestuelle qui danse le sacré en nous, en s'appuyant sur le chemin initiatique que propose les 22 lettres de l'alphabet hébraïque. C'est une discipline physique qui stimule un équilibre des muscles profonds du corps. ☛ Un mardi par mois – 1h30 – 15€ - à la Passiflore – 25 rue Jean Doumerc – Montauban (82) ☛ Le jeudi – 12h30 à 13h30 - au CCM ☛ Le mardi – 12h30 à 13h30 et 18h à 19h – à la MJC
Prochaines dates	☛ Stage le 28/09/2025 – 9h30 à 12h30 à Lagraulet-St-Nicolas ☛ Weekend de rencontre et découverte autour des lettres et de leur pratique en Téhima Les 25 et 26/10/2025 au château St-Marcel à Réalville (82)
Posturologue holistique	Bilan postural avec proposition d'une approche symbolique du corps humain dans sa déficience posturale ou organique
	Programme de 3 consultations individuelles, en fonction des besoins de suivi définis à la première consultation.
Micro formations	Elles seront un avant-goût de ce qui peut être vécu lors de la formation longue à compter de novembre 2025. 2 micro formations, indépendantes l'une de l'autre, qui peuvent être doublées.
Prochaines dates	11/10/2025 et 18/10/2025 – 35€ la matinée – limitée à 10 personnes – à l'Espace Enéa à Montauban (82)
Formation longue	Pratique physique et intégration spirituelle des 22 lettres hébraïques. Formation complète sur 9 mois, à raison d'une journée par mois, en présentiel et en distanciel. **N'hésitez pas à me contacter pour le détail du programme et autres informations pratiques**
Calendrier 2025-2026	De novembre 2025 à septembre 2026 (hors juillet-août) – à l'Espace Enéa à Montauban (82)

François DUMONT Francois.dumont46@orange.fr	Cadre Infirmier spécialisé en addictologie et formateur
Soirées addictologie	Sur demande

Carole ONROZAT 06 52 18 87 45 accompagnantbienetre@gmail.com	Je suis avocat et praticienne en méthode énergétique globale du corps (MEGC), formée à l'Académie Iyane Sidibe. Mon parcours allie une expertise juridique rigoureuse à une compréhension humaine en profondeur grâce à des pratiques énergétiques, permettant ainsi une approche holistique et équilibrée dans l'accompagnement de mes clients, que ce soit par mon cabinet d'avocat ou par mon cabinet MEGC.
Ateliers d'initiation à la Méthode Énergétique Globale du Corps (MEGC)	Les ateliers visent à vous initier à la méthode énergétique globale du corps (MEGC), en vous fournissant des outils concrets pour comprendre et gérer qui vous êtes en profondeur : votre fonctionnement, vos réactions, vos blocages. Grâce à des mises en situation concrètes et techniques pratiques, vous apprendrez à mieux vous connaître et à intégrer ces pratiques dans votre quotidien.
Ateliers à thèmes	Au 50 route de Salcevert – Montbartier (82)
👉 Prochaines dates	11/10/2025 - **Relations parents/enfants : de la tension à l'harmonie** 29/11/2025 – **Comprendre ses peurs pour retrouver sa légèreté**

Claire PERDREAU 07.78.20.66.92 associationeunoia@gmail.com	
L'écoute empathique, au service de mes relations, par le prisme de la communication non violent	Les mardis de 9h à 11h – En visio
👉	

Danielle SCHATTEL 09.53.35.90.95 danielle.bartheschattel@yahoo.fr	Sage-femme de formation, Enseignement Homéopathie, Phytothérapie, Aromathérapie, Micronutrition
Formation à l'homéopathie ☞	Formation sur un an – 1 weekend par mois environ Au 11 chemin du moulin de Robert – 82220 Vazerac

Roselyne SOLER VINAY 06.09.86.33.95 r.solervinay@free.fr	Art Thérapeute, Conseillère Agréée Fleurs de Bach, Psycho Energéticienne. Expérience d'accompagnement et soutien de personnes en difficulté. Mise en place d'ateliers collectifs et individuels dans des structures de soins, associations et en cancérologie. Initiatrice d'un programme de formation professionnelle dans le cadre de la souffrance au travail.
Ateliers art thérapie / expressions créatrices ☞	Ateliers en individuels ou en groupes avec possibilité d'intervention en institutions ou associations Sur demande
Ateliers/stages : pratiques artistiques pour prendre soin de soi ☞	Stage de 2 jours - Traversée de l'Expression Créatrice pour un temps de ressourcement et de pratiques expressives plastiques. Aucun prérequis. Matériel fourni
Formation Lahochi ☞	Formation aux pratiques de base du LAHOCHI système de soins énergétiques accessible à tous – sur 1 journée
Formation Lahochi de la 13ème octave ☞	Formation au LAHOCHI de la 13ème octave Méthode avancée et spirituelle de soins énergétiques (pré requis : 2eme degré Reiki ou formation Lahochi) sur 1 journée
Formation Reiki – 1er au 4ème degré ☞	Possibilité de formation à la demande Sur demande

****