

LA LETTRE DE LA RESPIROLOGIE



RESPIROLOGIE
FRANCE

www.respirologie-france.com



Septembre 2015 - N°3

EDITO

Nous vous souhaitons le meilleur pour la rentrée qui s'annonce !

Nous vous souhaitons de trouver l'inspiration et l'élan pour cultiver votre santé, sous tous les plans ; d'organiser votre vie avec les moments de prise de recul, de partages, de réflexions, de découverte, qui donnent de la perspective et du sens et rythment l'harmonisation de la charge de travail et les obligations. Le médecin-psychiatre Bertrand Piccard, promoteur du projet Solar Impulse - de tour du monde avec un avion mu par l'énergie solaire - interroge dans son dernier ouvrage « Changer d'altitude » : « Comment pouvons-nous ambitionner d'être créatifs et innovants tandis que nous demeurons dans la zone de confort qui nous confine à nos habitudes ? » et recommande « Quelques soient les vents que vous rencontrerez, l'essentiel est de vous rappeler que c'est à vous de définir l'altitude de votre existence. »

Pour vous y aider, le collectif Respirologie vous propose des moments privilégiés variés, et aussi s'organise en Association (APRES), pour faciliter la diffusion en régions et l'accès aux pratiques et enseignements. Les personnes et les professionnels désireux de promouvoir l'éducation à la santé-vitalité-sérénité avec la Respirologie pourront se retrouver, échanger leurs pratiques et leurs expériences, se coordonner pour organiser de nouvelles activités.

Vos propositions sont les bienvenues. Nous les accueilleront et les relayeront vers les bonnes personnes, quand elles sont compatibles avec d'autres. C'est ensemble que nous pourrons contribuer, en bons colibris, à changer les habitudes. Nous vous signalons au passage l'excellent film sur Pierre Rabbi « au nom de la terre » de Marie-Dominique DHELING, aux Editions Les Films du Paradoxe www.dvdparadoxe.com

Bon vent,

Agnès et Edouard Stacke

NOUVEAU !



Atelier hebdomadaire de respirologie Vital'Respir™ à partir du lundi 14 septembre, de 19h à 21h à Boulogne-Billancourt, animé par Edouard Stacke et/ou Agnès Stacke-Overli.

Pour permettre une pratique régulière de la respiration consciente, nous proposons un atelier régulier hebdomadaire en soirée. Il abordera les bases de la méditation basée sur le souffle, de la relaxation, l'exploration des différentes modalités respiratoires (amplification, apaisement, stimulation, expression, etc..) et permettra de bénéficier de conseils personnalisés pour le quotidien.

Autres dates :

21 et 28 septembre ; 5/12/19 octobre ; 2/16/23/30 novembre ; 7 et 4 décembre 2015

Nombre de places limités à 8 personnes.

Tarifs :

Le cycle de 12 séances : 280 € (50% à l'inscription réglable par chèque à l'ordre de 100 Ways)

La séance : 30 € (à régler sur place)

Nombre de places limitée à 8 personnes. La priorité sera donnée aux inscrits pour le Cycle de 12 séances.

Lieu : Le Flegmatique Face au 50 Quai Alphonse Le Gallo 92100 Boulogne-Billancourt

Inscription préalable nécessaire

Renseignements et réservations : edouard.stacke@100ways.net - Tél : 06 80 42 11 49

ACTUALITES



L'Association pour la Promotion de la Respirologie et l'Éducation à la Santé est lancée par ses membres fondateurs : Edouard Stacke : Président ; Agnès Stacke-Overli : Vice-Présidente ; Daniel Goldman : Trésorier. ***Vous y êtes les bienvenus.***



Les Chantiers du Futur – Juillet : lancés il ya 20 ans, par Jack Lioret, les chantiers du Futur rassemblent de nombreux intervenants de qualité autour des thèmes de l'écologie, de la santé et du vivre autrement. Cette année, Les Chantiers du Futur se sont déroulés dans la magnifique Abbaye aux Dames, à Saintes, en Charente-Maritime. Les participants sont souvent des habitués, soit de la région, soit de toute la France et souvent engagés dans une recherche de vie équilibrée et de modes alternatifs (habitat écologique, nourriture et vie saine, développement personnel, médecines douces, etc.). Les générations s'y mélangent et les dialogues sont faciles et ouverts au partage. Edouard Stacke y a animé une conférence atelier sur « La Respirologie - Pour une véritable éducation à la santé-vitalité-sérénité » et l'importance de la respiration avec près de 150 personnes, très sensibles à la dimension pratique de la Respirologie et à l'impact rapide des exercices. Beaucoup ont manifesté de l'intérêt pour les éclairages complémentaires sur le fonctionnement du corps humain et la librairie a été prise d'assaut pour le livre « Les vertus de la respiration » ! La conférence est disponible en DVD auprès de DIF Productions - 9 chemin des Chabannes Basses 03700 Bellerive/Allier 04 43 03 18 99

IFGAP – Université d'été 2015 : Nous avons participé aux rencontres et ateliers de la première semaine de l'Université d'été de l'IFGAD, entre Grenoble et Gap, dans un lieu de nature sauvage, en moyenne montagne, avec une demeure ancienne chargée d'histoire, solidement implantée sur un plateau. Karim Reggad, Aissa Guemra, Philippe Bamy, Sid Abdellaoui, ont fait des apports et des animations de grande qualité, dans un climat de simplicité et de sérénité, en conjuguant réflexions interactives avec les participants et entraînements très soutenus et très ludiques, en Qi Gong, danse, percussions. Edouard a présenté les bases de la respirologie et animé un atelier d'initiation, bien apprécié.



Cet été dans le Sud-Ouest, s'est déroulé le

Premier Cycle intensif de formation à la Respirologie et deux nouveaux Certifiés ! Cinq participants vont terminer leur cursus en décembre 2015.

Les cycles de formation certifiante à la Respirologie en 2015 et 2016 :

En 2015 :

- un cycle en région parisienne démarre les 12 & 13 septembre

- un cycle à Lille démarre les 17 & 18 octobre 2015

En 2016 :

- un cycle en région parisienne démarre les 13 & 14 février



Conférences, ateliers d'initiation et formations pour tout public avec les praticiens Vital'Respir : A Paris, région parisienne et en régions, découvrez nos événements à venir



Respirologie : la presse en parle !

AGENDA

- **10 septembre, de 19h à 21h, en région parisienne**

Agnès et Edouard Stacke auront le plaisir de vous présenter le cycle de formation certifiante à la Respirologie lors d'une conférence-atelier (le lieu sera confirmé à l'inscription)

- **12 & 13 septembre, en région parisienne**

Démarrage du cycle de formation certifiante à la Respirologie

- **18 septembre, de 8h30 à 10h30, au Café Le Hibou (Paris 6)**

Petit-déjeuner-atelier « L'entreprise respirante, l'entreprise inspirante » (réservé aux dirigeants et DRH), animé par Agnès Stacke-Overli et Laure Galvez

- **19 septembre, de 10h à 17h, en région parisienne**

Initiation à la Respirologie avec Agnès Stacke-Overli

- **25 septembre, de 18h à 20h30, à Paris**

Conférence-atelier « Introduction à la Respirologie », organisée par la Fédération Francophone de Coaching Professionnel (F.F.C.Pro) avec Edouard Stacke

- **26 septembre, de 9h à 18h00, à Paris**

Master-class « Introduction à la Respirologie, la méthode Vital'Respir en coaching », organisée par la Fédération Francophone de Coaching Professionnel (F.F.C.Pro) avec Edouard Stacke

NB : Ces deux événements sont organisés à l'intention des membres de la FFCPRO

- **9, 10 & 11 octobre, de 10h à 18h, en région parisienne**

Module 2 du **cycle #2** de formation certifiante à la Respirologie « Gestion du stress et des émotions par la relaxation et la cohérence cardiaque » avec Agnès Stacke-Overli

- **17 & 18 octobre, à Lille :**

Module 1 du cycle 4 de formation certifiante à la Respirologie

- **du 6 au 12 novembre, à Agadir (Maroc)**

Semaine à thème « Respirologie » avec Edouard Stacke

- **13, 14 & 15 novembre, de 10h à 18h, en région parisienne**

Module 3 du **cycle #2** de formation certifiante à la Respirologie « La vie est un théâtre, comment jouez-vous la pièce ? » avec Edouard Stacke

- **21 novembre, de 10h à 17h, en région parisienne**

Initiation à la Respirologie avec Agnès Stacke-Overli

- **21 & 22 novembre, à Angoulême**

Conférence et atelier grand public, organisés par l'Association Mille Soleils

Renseignements et inscriptions : millesoleils16@gmail.com

- **27, 28 & 29 novembre, de 10h à 18h, à Lille**

Module 2 du **cycle #4** de formation certifiante à la Respirologie « Gestion du stress et des émotions par la relaxation et la cohérence cardiaque » avec Agnès Stacke-Overli

- **28 & 29 novembre, à Troyes**

28 novembre : conférence au Salon « Bien Vivre à Troyes & dans l'Aube » - 29 novembre : atelier grand public, organisé par Amandine Payen, Psychothérapeute

Renseignements et inscriptions : amandine.payen@yahoo.fr

- **3 décembre, de 14h à 17h, au Club du Mieux Vivre (Paris 15)**

Initiation à la Respirologie avec Agnès et Edouard Stacke

- **4 décembre, de 19h à 21h, en région parisienne**

Agnès et Edouard Stacke auront le plaisir de vous présenter le cycle de formation certifiante à la Respirologie lors d'une conférence –atelier (le lieu sera confirmé à l'inscription)

- **5 décembre, de 10h à 17h, en région parisienne**

Initiation à la Respirologie avec Agnès Stacke-Overli

- **11 (18H-21H), 12 & 13 décembre, de 10h à 18h, en région parisienne**

Module 4 du **cycle #2** de formation certifiante à la Respirologie « Entraîner ses clients à la Respirologie » avec Edouard et Agnès Stacke-Overli



RESPIROLOGIE
FRANCE

www.respirologie-france.com



100WAYS

www.100ways.net

Edouard Stacke : edouard.stacke@100ways.net - 0680421149

Agnès Stacke-Overli : agnes.overli@100ways.net - 0687065472

100 WAYS - 121 rue d'Aguesseau - 92100 BOULOGNE-BILLANCOURT

