

Stage VOIR CLAIR

Un autre regard sur vos yeux

17 et 18 MAI 2014

LIEU :CENTRE VEDICARE

La Valorette - Impasse La Curnia - 06 420 TOURNEFORT
À 50 km de NICE, dans la Vallée de la Tinée. Accès en car depuis Nice.

9 h 30 / 13 h et 14 h 30 / 18 h 15

50 % des Occidentaux ont besoin de lunettes !

Beaucoup croient qu'il est « normal » de mal voir, et que le port des lunettes est une fatalité...

Nous pouvons préserver la santé de nos yeux !

Des méthodes ont fait leurs preuves depuis la fin du 19^e siècle (Méthode Bates, Yoga des yeux, Ci Gong des Yeux...), qui ont permis à des milliers de femmes et d'hommes de tout âge de retrouver une bonne vue.

Le stage Voir Clair vous propose une approche alternative holistique, pour garder ou pour retrouver une bonne vue physique, mais aussi pour voir plus clair en vous et dans votre vie.

Le stage Voir Clair s'adresse à tous :

- > en **prévention**, pour ceux qui ont une bonne vue et souhaite la préserver,
- > en **rééducation** pour ceux dont l'acuité visuelle est altérée.

Programme du stage Voir Clair :

Relaxation, détente oculaire, gym douce pour les yeux, yoga des yeux, respiration, visualisation, hygiène de vie, soins des yeux par les eaux florales, alimentation ou diététique des yeux, compréhension de la symbolique des problèmes de vue...

- > **La Méthode Voir Clair** a été créé et est animée depuis 1998 par **Xanath LICHY**, auteur du livre « *Voir Clair, comment abandonner ses lunettes* » publié aux Editions Grancher.
- > **Xanath LICHY** est elle-même est une ancienne myope et astigmate - elle a porté des verres correcteurs pendant près de 30 ans - et s'en est débarrassé depuis 1993 !

Prix du stage : 190 € les 2 jours / 100 € 1 journée (il est conseillé de suivre les 2 jours)

Paiement étalé accepté. Tarifs couple et famille.

Réductions pour chômeurs, étudiants, petits revenus... (nous contacter).

Centre situé en pleine nature. Possibilité de faire certaines pratiques dehors selon la météo.

Logement sur place en Chambres, Chalets ou Yourtes : voir sur www.ayurvedique.com

Repas végétariens : 17 €

Renseignements sur le stage et inscriptions : Harmonie Clarté sarl

04 90 75 14 50 - contact@voirclair.org - www.voirclair.org

