

Tout au long de ces ateliers et stages, je mets à votre service une expérience d'une trentaine d'années en séances individuelles et en animation de stages et groupes hebdomadaires. En séances individuelles, une expérience multi-forme me permet de choisir en fonction de votre histoire et de votre personnalité les moyens les plus adaptés à votre demande. Selon vos besoins, j'utilise l'hypnose ericksonienne, la PNL, la Biosynergie®, les méthodes psychocorporelles, le dessin guérisseur. S'y ajoutent une pratique de plus de trente années de massage et une solide formation d'enseignant en biosynergie pour vous accompagner vers la résolution de vos difficultés et la réalisation de vos objectifs.

Pierre LASSALLE



Pierre LASSALLE a été président du Synerme, syndicat national de la relaxation et du mieux-être, de 1993 à 1994.

Psychothérapeute et formateur, directeur de Ressources-Formation, dépositaire de l'appellation

«Biosynergie®» depuis avril 2003.

Pierre LASSALLE est certifié Maître Praticien en PNL et Praticien en massage de détente et de bien-être.

Ses formations prennent place dans une recherche personnelle continue s'étalant sur plus de 30 ans incluant une démarche psychanalytique, une démarche de connaissance du corps par l'ostéopathie profonde, la formation complète d'entraînement à l'amour et à l'extase «skydancing tantra» proposée par Margot Anand et une solide formation en massage.

La biosynergie par son approche structurée et pédagogique ordonne l'ensemble de ces expériences et des apports de ces formations et lui permet une approche multidimensionnelle de l'être et une compréhension profonde de l'humain et de ses difficultés.

## PROGRAMME 2011 - 2012

Tous nos cours et stages ont lieu dans les locaux de Ressources-Formation - 56, rue de la porte 29200 Brest

### Ateliers Hebdomadaires

#### Relaxation Biosynergique

Le mardi soir 20h00-21h30

Introduction aux cours :

**Conférence présentation Biosynergie**

Mardi 20 septembre 2011 à 20h00

**Séance-Découverte :** Mardi 27 septembre à 20h00

**Début des cours :** Mardi 4 octobre à 20h00

#### Méditation : se libérer de l'ego

Le jeudi soir 20h00-21h30

Séances-Découverte (5 €/séance) :

Jeudi 22 et 29 septembre 2011

**Début des cours :** Jeudi 6 octobre 2011

### Stages

#### Modelage corporel

**Cycles de trois samedis chaque trimestre**

22 octobre 2011, 5 et 26 novembre 2011,  
21 janvier 2012, 11 février 2012, 3 mars 2012,  
28 avril 2012, 19 mai 2012, 9 juin 2012

Renseignements, Inscriptions

Pierre LASSALLE 56, rue de la Porte 29200 BREST

Tél. 02 98 05 25 50 et 06 850 845 14

lassalle@ressources-formation.com

## Votre Mieux-Être entre vos mains

- Aller vers la réalisation de soi...
- Cultiver la sérénité et la sagesse au quotidien
- Rencontrer ses aspirations les plus profondes
- Se développer, croître, s'épanouir, être...

## Grâce à...

- La relaxation biosynergique
  - La visualisation
  - La respiration
  - Le modelage corporel
- La méditation : se libérer de l'ego

Avec **Pierre LASSALLE**  
Enseignant en Biosynergie

## PROGRAMME 2011 - 2012

<http://pierrelassalle.psy.free.fr>

56, rue de la Porte - 29200 Brest - 02 98 05 25 50  
lassalle@ressources-formation.com

## Relaxation Biosynergique Visualisation Respiration\*

Être bien dans sa peau, cela se construit au quotidien.

- 1 **Découvrez des outils simples pour vous relaxer**
- 2 **Visualisez un avenir souriant et des objectifs stimulants**
- 3 **Respirez !**

La biosynergie® aborde chaque personne dans une vision globale tenant compte des trois plans : physique, émotionnel, mental.

Elle propose des outils simples permettant le traitement holistique du stress par des méthodes psychocorporelles associées à l'énergique chinoise.

L'état de relaxation profonde permet l'éclosion de visualisations propices à semer les graines de réussite dans l'inconscient et à faire émerger les ressources des expériences acquises.

Nous explorerons la réceptivité aux sensations, à nous-même, au monde, aux autres, l'émissivité, savoir prendre des décisions sans tergiverser, la concentration, rassembler ses énergies, l'élimination, savoir faire du nettoyage, les forces et richesses intérieures, la créativité et l'autonomie.

\*Biosynergie : la pédagogie d'apprentissage du bien-être (dépliant disponible)

## Modelage Corporel\*

**Comment trouver l'équilibre entre le besoin de toucher et d'être touché et le besoin de se sentir en sécurité, d'être respecté et de trouver la bonne distance ?**

Ces stages proposent un apprentissage gradué qui vous permettra de mieux vous connaître, de faire respecter vos limites et de répondre de manière adulte à vos besoins fondamentaux.

Nous y aborderons les techniques manuelles de relaxation conduisant à l'abandon, au ressourcement et au plaisir d'être soi.



\*Inspiré des techniques traditionnelles de massage (Inde, Bali, Cachemire, etc.)

## Méditation - Harmonisation Se Libérer de L'Ego

### A propos de la Méditation

Dans une société toujours en mouvement où sont privilégiées la vitesse, l'efficacité et la rentabilité, où les médias (internet, TV, téléphone mobile, journaux) sont omni-présents, c'est une nécessité vitale :

- **de pouvoir se recentrer,**
- **faire le vide en soi**
- **accueillir le silence et l'immobilité**
- **pour se re-trouver et se ressourcer.**

Au-delà de ce premier pas, cette rencontre avec soi devient aussi prise de conscience de l'ego et de ses jeux. Vient alors le temps de la libération de l'ego.

Chaque séance comporte un temps de méditation et un temps de lecture consciente du livre d'Eckart Tolle, Nouvelle Terre dont le thème principal est l'identification de l'ego afin de s'en libérer. Cet ego est à la racine de toutes les guerres, des conflits intérieurs, des luttes de pouvoir et tout ce qui nous rend malheureux.

Le dialogue entre la pratique et la lecture consciente de ce livre amènera des prises de conscience fructueuses conduisant vers la libération de l'ego.

### Horaires et tarifs (Atelier hebdomadaire)

#### Mardi 20h00 - 21h30

Introduction aux cours - Conférence présentation

**Biosynergie** : Mardi 20 septembre 2011 à 20h00 (5 €)

#### Séance-Découverte (5 €) :

Mardi 27 septembre 2011 à 20h00

**Début des cours** : Mardi 4 octobre 2011 à 20h00

10 séances/trimestre. Groupe limité à 8 personnes.

**Inscription à l'année** : 270 €/30 séances d'une heure et demi, soit un total de 45 h.

Possibilité d'étalement des règlements.

<http://news.biosynergie.fr>

### Stages :

#### Samedi 14h - 19h

**Cycle 1** : 22 octobre 2011, 5 et 26 novembre 2011

**Cycle 2** : 21 janvier 2012, 11 février 2012 et 3 mars 2012

**Cycle 3** : 28 avril 2012, 19 mai 2012 et 9 juin 2012

#### Prix :

70 €/stage

120 €/2 stages

150 €/cycle de 3 stages.



Possibilité d'étalement des règlements.

[www.massage-californien.tk](http://www.massage-californien.tk)

### Horaires et tarifs (Atelier hebdomadaire)

#### Jeudi 20h00 - 21h30

#### Séance-Découverte (5 €/séance) :

22 et 29 septembre 2011

**Début des cours** : Jeudi 6 octobre 2011

10 séances/trimestre.

Groupe limité à 8 personnes.

**Inscription à l'année** : 250 €/30 séances d'une heure et demi, soit un total de 45 h.

Possibilité d'étalement des règlements.

<http://stage.tantra.free.fr>