

# Horaire de nos ateliers en présentiel

## ANNÉE 2025

### Écoute Ton Corps

955, Ch. du Lac Écho (Unité 110), Prévost  
 Québec, J0R 1T0, Canada  
 Tél : 01 76 66 07 55  
[info@ecoutetoncorps.com](mailto:info@ecoutetoncorps.com)

#### ANNECY

organisé par **Gabrielle Burgnard**

| avec Manon Pelletier                    | Dates              |
|-----------------------------------------|--------------------|
| Écoute ton âme                          | 14 au 16 mars      |
| Techniques efficaces en relation d'aide | 22 au 28 mars      |
| Relation d'aide spécialisé              | 31 mars au 5 avril |
| avec Nathalie Bégin                     | Dates              |
| Devenir animateur/conférencier          | 27 sept. au 5 oct. |

#### BORDEAUX

organisé par **Stéphane Pin**

| avec Michelle Tanguay                       | Dates       |
|---------------------------------------------|-------------|
| Les 5 blessures de l'âme                    | 19-20 avril |
| Comment apprivoiser les peurs               | 21-22 avril |
| Sentir pour vivre en pleine conscience      | 24-25 avril |
| Le pouvoir du rire : Guérir corps et esprit | 26-27 avril |

#### Horaire de nos activités gratuites

##### Conférences

[www.ecoutetoncorps.com/conferences](http://www.ecoutetoncorps.com/conferences)

##### Méditations

[www.ecoutetoncorps.com/meditation](http://www.ecoutetoncorps.com/meditation)

#### BRUXELLES

organisé par **Christel Breyne & Coralie Pastor**

| avec Charlène Lepage                   | Dates             |
|----------------------------------------|-------------------|
| Être bien                              | 29-30 mars        |
| Les 5 blessures de l'âme               | 31 mars - 1 avril |
| Comment apprivoiser les peurs          | 3-4 avril         |
| Sentir pour vivre en pleine conscience | 5-6 avril         |
| avec Marc-André Rizk                   | Dates             |
| Être bien                              | 8-9 novembre      |
| Comment gérer la colère                | 10-11 novembre    |
| Se libérer de la culpabilité           | 13-14 novembre    |
| Comment se libérer d'un stress         | 15-16 novembre    |

#### COLMAR

organisé par **Anne-Claire Blum-Riff**

| avec Michelle Tanguay          | Dates         |
|--------------------------------|---------------|
| Les 5 blessures de l'âme       | 4-5 octobre   |
| Comment gérer la colère        | 6-7 octobre   |
| Se libérer de la culpabilité   | 9-10 octobre  |
| Comment se libérer d'un stress | 11-12 octobre |

#### LA ROCHELLE

organisé par **Stéphane Pin**

| avec Martine Naudin      | Dates    |
|--------------------------|----------|
| Les 5 blessures de l'âme | 7-8 juin |

#### LYON

organisé par **Marianne Sinko**

| avec Michelle Tanguay                     | Dates          |
|-------------------------------------------|----------------|
| Comment se libérer d'un stress            | 5-6 avril      |
| Répondre à ses besoins                    | 7-8 avril      |
| Décodage des malaises et maladies         | 10-11 avril    |
| Confiance en soi                          | 12-13 avril    |
| avec Marc-André Rizk                      | Dates          |
| Être bien                                 | 22-23 novembre |
| L'écoute et la communication              | 24-25 novembre |
| Communiquer avec les différents masques 1 | 27-28 novembre |
| Communiquer avec les différents masques 2 | 29-30 novembre |

#### METZ

organisé par **Anne-Claire Blum-Riff**

| avec Charlène Lepage              | Dates      |
|-----------------------------------|------------|
| Être bien                         | 15-16 mars |
| Répondre à ses besoins            | 17-18 mars |
| Décodage des malaises et maladies | 20-21 mars |
| Confiance en soi                  | 22-23 mars |

#### MONTPELLIER

organisé par **Stéphane Pin**

| avec Martine Naudin      | Dates               |
|--------------------------|---------------------|
| Être bien                | 28-29 juin          |
| Les 5 blessures de l'âme | 30 juin - 1 juillet |

**POUR INSCRIPTION :** [www.ecoutetoncorps.com/inscription](http://www.ecoutetoncorps.com/inscription) ou contactez l'organisateur de l'atelier qui vous intéresse

**LÉGENDE DES COULEURS :** atelier de base   ateliers de la phase 1   ateliers de la phase 2   ateliers de la phase 3   ateliers complémentaires

\*Tous les ateliers (sauf ceux de la phase 3) peuvent être suivis individuellement ou dans le cadre d'une phase.

# Horaire de nos ateliers en présentiel

## ANNÉE 2025

**Écoute Ton Corps**

955, Ch. du Lac Écho (Unité 110), Prévost  
Québec, J0R 1T0, Canada

Tél : 01 76 66 07 55

[info@ecoutetoncorps.com](mailto:info@ecoutetoncorps.com)

### NANTES

organisé par **Sophie St-Blanquet**

| avec Marc-André Rizk                   | Dates         |
|----------------------------------------|---------------|
| Être bien                              | 15-16 février |
| Répondre à ses besoins                 | 17-18 février |
| Décodage des malaises et maladies      | 20-21 février |
| Confiance en soi                       | 22-23 février |
| avec Nathalie Bégin                    | Dates         |
| Être bien                              | 18-19 octobre |
| Les 5 blessures de l'âme               | 20-21 octobre |
| Comment apprivoiser les peurs          | 23-24 octobre |
| Sentir pour vivre en pleine conscience | 25-26 octobre |

### PARIS

organisé par **Baptiste Keyaert**

| avec Marc-André Rizk                             | Dates          |
|--------------------------------------------------|----------------|
| Être bien                                        | 1-2 mars       |
| Comment gérer la colère                          | 3-4 mars       |
| Se libérer de la culpabilité                     | 6-7 mars       |
| Comment se libérer d'un stress                   | 8-9 mars       |
| Les pièges relationnels                          | 13-14 mars     |
| Vivre harmonieusement l'intimité et la sexualité | 15-16 mars     |
| Autonomie affective                              | 18-19 mars     |
| avec Nathalie Bégin                              | Dates          |
| Être bien                                        | 1-2 novembre   |
| Répondre à ses besoins                           | 3-4 novembre   |
| Décodage des malaises et maladies                | 6-7 novembre   |
| Écoute et mange sans culpabilité                 | 13-14 novembre |
| Décodage de vos rêves et de votre habitation     | 15-16 novembre |
| Prosperité et abondance                          | 18-19 novembre |

### TOULOUSE

organisé par **Stéphane Pin**

| avec Michelle Tanguay                    | Dates           |
|------------------------------------------|-----------------|
| Reprendre son pouvoir                    | 18-19 octobre   |
| La guérison des 5 blessures              | 20-21 octobre   |
| Devenir observateur plutôt que fusionnel | 23-24 octobre   |
| Comment gérer la colère                  | 25-26 octobre   |
| Se libérer de la culpabilité             | 30-31 octobre   |
| Comment se libérer d'un stress           | 1-2 novembre    |
| avec Martine Naudin                      | Dates           |
| Être bien                                | 15-16 février   |
| Être bien                                | 6-7 septembre   |
| Les 5 blessures de l'âme                 | 13-14 septembre |
| Être bien                                | 29-30 novembre  |



**MAGAZINE ETC**

[ecoutetoncorps.com/magazineetc](http://ecoutetoncorps.com/magazineetc)



**BOUTIQUE  
EN LIGNE**

[ecoutetoncorps.com/boutique](http://ecoutetoncorps.com/boutique)



**INFOLETTRE**

[ecoutetoncorps.com/infolettre](http://ecoutetoncorps.com/infolettre)

**POUR INSCRIPTION :** [www.ecoutetoncorps.com/inscription](http://www.ecoutetoncorps.com/inscription) ou contactez l'organisateur de l'atelier qui vous intéresse

**LÉGENDE DES COULEURS :** atelier de base | ateliers de la phase 1 | ateliers de la phase 2 | ateliers de la phase 3 | ateliers complémentaires

\*Tous les ateliers (sauf ceux de la phase 3) peuvent être suivis individuellement ou dans le cadre d'une phase.

# Horaire de nos ateliers en ligne

## ANNÉE 2025

Écoute Ton Corps

955, Ch. du Lac Écho (Unité 110), Prévost

Québec, J0R 1T0, Canada

Tél : 01 76 66 07 55

[info@ecoutetoncorps.com](mailto:info@ecoutetoncorps.com)

| Atelier                                | Dates           | Animateur        | Organisateur          |
|----------------------------------------|-----------------|------------------|-----------------------|
| Les 5 blessures de l'âme               | 12-13 avril     | Charlène Lepage  | Stéphane Pin          |
| Comment apprivoiser les peurs          | 10-11 mai       | Michelle Tanguay | Anne-Claire Blum-Riff |
| Sentir pour vivre en pleine conscience | 7-8 juin        | Michelle Tanguay | Marianne Sinko        |
| Comment gérer la colère                | 5-6 juillet     | Marc-André Rizk  | Baptiste Keyaert      |
| Se libérer de la culpabilité           | 2-3 août        | Nathalie Bégin   | Sophie St-Blanquet    |
| Comment se libérer d'un stress         | 30-31 août      | Marc-André Rizk  | Marianne Sinko        |
| Répondre à ses besoins                 | 27-28 septembre | Manon Pelletier  | Coralie Pastor        |
| Décodage des malaises et maladies      | 25-26 octobre   | Marc-André Rizk  | Anne-Claire Blum-Riff |
| Confiance en soi                       | 22-23 novembre  | Charlène Lepage  | Christel Breyne       |

Ces ateliers ont lieu de **13h à 21h, au fuseau horaire de Paris**. Vous pouvez également suivre nos autres ateliers en ligne qui ont lieu au fuseau horaire de Montréal, donc de **15h à 23h à l'heure de Paris**.

*Pour connaître tous les détails :*

<https://ecoutetoncorps.com/fr/calendrier-des-activites/ateliers-en-ligne/>

## D'autres ateliers Être Bien à l'horaire

| Dates         | Animateur                   | Lieu             |
|---------------|-----------------------------|------------------|
| 11-12 janvier | Nathalie Sainte-Marie       | Le Mans          |
| 13-14 janvier | Jean-Marie Gerbenne         | Paris            |
| 18-19 janvier | Jean-Marie Gerbenne         | Rouen            |
| 25-26 janvier | Jean-Marie Gerbenne         | Nancy            |
| 1-2 février   | Anne-Marie Vitel-Alonso     | En ligne         |
| 1-2 février   | Gabrielle Burgnard          | Nice             |
| 8-9 février   | Gabrielle Burgnard          | Annecy           |
| 8-9 février   | Jean-Marie Gerbenne         | Limoges          |
| 8-9 février   | Nathalie Sainte-Marie       | Montpellier      |
| 22-23 février | Gabrielle Burgnard          | Lyon             |
| 1-2 mars      | Gabrielle Burgnard          | Thonon-les-Bains |
| 1-2 mars      | Nathalie Sainte-Marie       | Bourges          |
| 15-16 mars    | Anne-Marie V. + Nathalie S. | Bordeaux         |
| 5-6 avril     | Gabrielle Burgnard          | Yverdon          |
| 12-13 avril   | Gabrielle Burgnard          | Gap              |

| Dates           | Animateur                   | Lieu             |
|-----------------|-----------------------------|------------------|
| 12-13 avril     | Nathalie Sainte-Marie       | Troyes           |
| 26-27 avril     | Jean-Marie Gerbenne         | En ligne         |
| 17-18 mai       | Anne-Marie V. + Nathalie S. | La Rochelle      |
| 17-18 mai       | Gabrielle Burgnard          | Vannes           |
| 17-18 mai       | Jean-Marie Gerbenne         | Dijon            |
| 17-18 mai       | Martine Naudin              | Anglet           |
| 14-15 juin      | Jean-Marie Gerbenne         | Caen             |
| 14-15 juin      | Nathalie Sainte-Marie       | Lille            |
| 21-22 juin      | Jean-Marie Gerbenne         | Paris            |
| 28-29 juin      | Jean-Marie Gerbenne         | En ligne         |
| 5-6 juillet     | Anne-Marie V. + Nathalie S. | Poitiers         |
| 19-20 juillet   | Nathalie Sainte-Marie       | La Roche-sur-Yon |
| 30-31 août      | Gabrielle Burgnard          | La Baule         |
| 30-31 août      | Nathalie Sainte-Marie       | Valence          |
| 13-14 septembre | Anne-Marie Vitel-Alonso     | En ligne         |

| Dates           | Animateur                   | Lieu              |
|-----------------|-----------------------------|-------------------|
| 13-14 septembre | Gabrielle Burgnard          | Quimperlé         |
| 20-21 septembre | Jean-Marie Gerbenne         | Colmar            |
| 20-21 septembre | Nathalie Sainte-Marie       | Clermont-Ferrand  |
| 4-5 octobre     | Anne-Marie Vitel-Alonso     | Île de la Réunion |
| 4-5 octobre     | Nathalie Sainte-Marie       | Marseille         |
| 11-12 octobre   | Nathalie Sainte-Marie       | Guadeloupe        |
| 18-19 octobre   | Nathalie Sainte-Marie       | Martinique        |
| 1-2 novembre    | Gabrielle Burgnard          | Archamps          |
| 8-9 novembre    | Anne-Marie V. + Nathalie S. | Bordeaux          |
| 8-9 novembre    | Gabrielle Burgnard          | Lausanne          |
| 15-16 novembre  | Jean-Marie Gerbenne         | Luxembourg        |
| 22-23 novembre  | Martine Naudin              | Pau               |
| 29-30 novembre  | Nathalie Sainte-Marie       | Nevers            |
| 6-7 décembre    | Gabrielle Burgnard          | Nice              |
| 6-7 décembre    | Nathalie Sainte-Marie       | Rennes            |
| 13-14 décembre  | Jean-Marie Gerbenne         | Chambéry          |

# Informations complémentaires

## ANNÉE 2025

**Écoute Ton Corps**

955, Ch. du Lac Écho (Unité 110), Prévost  
Québec, J0R 1T0, Canada

Tél : 01 76 66 07 55

[info@ecoutetoncorps.com](mailto:info@ecoutetoncorps.com)

### Coordonnées des organisateurs

Anne-Claire Blum-Riff

**Colmar, Metz**

06 81 03 90 29

[colmar@ecoutetoncorps.com](mailto:colmar@ecoutetoncorps.com)

[metz@ecoutetoncorps.com](mailto:metz@ecoutetoncorps.com)

Gabrielle Burgnard

**Annecy**

06 43 08 05 99

[annecy@ecoutetoncorps.com](mailto:annecy@ecoutetoncorps.com)

Sophie St-Blanquet

**Nantes**

06 95 30 55 31

[sophiesb@ecoutetoncorps.com](mailto:sophiesb@ecoutetoncorps.com)

Baptiste Keyaert

**Paris**

06 98 34 63 33

[paris@ecoutetoncorps.com](mailto:paris@ecoutetoncorps.com)

Marianne Sinko

**Lyon**

06 52 66 36 71

[mariannes@ecoutetoncorps.com](mailto:mariannes@ecoutetoncorps.com)

Stéphane Pin

**Bordeaux, Toulouse,**

**La Rochelle, Montpellier**

06 81 01 66 22

[spin.organisation@gmail.com](mailto:spin.organisation@gmail.com)

Christel Breyne & Coralie Pastor

**Bruxelles**

06 82 19 49 32

[bruxelles@ecoutetoncorps.com](mailto:bruxelles@ecoutetoncorps.com)

### Informations et inscription

## ATELIER ÊTRE BIEN

[www.ecoutetoncorps.com/etrebien](http://www.ecoutetoncorps.com/etrebien)

## ATELIERS DES PHASES 1 ET 2 ATELIERS COMPLÉMENTAIRES

[www.ecoutetoncorps.com/ateliers](http://www.ecoutetoncorps.com/ateliers)

## ATELIERS DE LA PHASE 3

[www.ecoutetoncorps.com/formation](http://www.ecoutetoncorps.com/formation)

Visitez notre site web : [www.ecoutetoncorps.com](http://www.ecoutetoncorps.com)