



RÉÉDUCATION VISUELLE - SONIA DJAOUI

## "PRATIQUE INTENSIVE METHODE BATES"

**du 15 au 20 juillet 2018**

(arrivée dimanche 15 juillet à partir de 17 h et avant 21 h

Départ le vendredi 20 juillet à 17 h)

**STAGE RESIDENTIEL**

PRATIQUE, PRATIQUE, PRATIQUE sera le maître mot de cette semaine.

**PRATIQUE de la détente** avec plusieurs moments forts dans la journée.

**PRATIQUE au soleil** en vivant au maximum dehors et activités spécifiques plusieurs fois par jour.

**PRATIQUE de la mobilité** corporelle, les yeux détendus.

Détente, lumière naturelle et mobilité sont les trois piliers d'une bonne vue.

Ce stage est ouvert à toute personne ayant participé à deux cours individuels minimum ou à un stage précédent (week-end ou semaine).

**Lieu : ACCUEIL SAINT-JOSEPH**

11, rue des Bourdaisières - 37210 ROCHECORBON

**Renseignements et inscription : Sonia DJAOUI**

02.47.37.47.94 et 06.30.28.92.11 - [sonia.djaoui@gmail.com](mailto:sonia.djaoui@gmail.com)

[www.sonia-djaoui-methode-bates.com](http://www.sonia-djaoui-methode-bates.com)

## INFORMATIONS PRATIQUES

Le stage "Pratique intensive de la Méthode Bates" aura lieu dans un espace de paix en Touraine. Nous serons accueillis dans un écrin de verdure à 10 km de Tours, début de promenades vers la vallée.

Au rez-de-chaussée, la salle d'activités donne sur le parc. Au premier étage, vous serez hébergés dans des chambres individuelles avec lavabo ; les WC et douches étant sur le palier. Une grande cuisine de collectivité et une salle à manger sont à notre disposition pour nous restaurer.

Accès :

Gares SNCF les plus proches : Tours et Saint-Pierre-des-Corps

Par la route : Autoroute A10, Sortie 19 (Tours Nord)

A apporter : \* des stylos de couleur, un crayon de papier, une gomme ...

\* de quoi prendre des notes (papier, cahiers ...)

\* un carnet épais d'environ 15 cm x 25 cm

\* une tenue souple pour les moments de relaxation et de remise en forme

**Date limite d'inscription : 15 juin 2018**

## FRAIS DE STAGE

Enseignement :

Inscription **jusqu'au** 27 avril 2018 : 480 € (en 2 chèques)

Inscription **après** le 27 avril 2018 : 530 € (en 2 chèques)

Le solde des frais de stage est à régler avant le 30 juin 2018.

Hébergement : \* Tarif : 14 € la nuit

\* Location de draps : 9 € la paire pour la semaine.

\* Linge de toilette : 8 €

## BULLETIN D'INSCRIPTION ETE 2018



Le dimanche soir, le stage démarrera à 21 h. Prévoyez le temps de vous installer et de diner sur place pour être disponible à 21 h.

### DEROULEMENT d'une JOURNEE-TYPE

7 h 30 – 8 h 15	Mise en forme (tous niveaux)
8 h 15 – 10 h 00	Petit déjeuner et Temps pour vous
10 h 00 – 12 h 15	Activités pratiques Relaxation "corps et mental"
12 h 15 – 15 h 00	Déjeuner et Temps pour vous
15 h 00 – 16 h 00	Pratique personnelle en autonomie et en supervision
16 h 00 – 19 h 00	Activités pratiques Relaxation et centrage
20 h 00	Diner

Le vendredi, dernier jour du stage, nous reprendrons à 15 h pour finir à 17 h.

Nom et prénom :  
Adresse postale :

Numéros de téléphones :

Adresse e-mail :

Problématique(s) visuelle(s) et/ou oculaire(s) :  
Sur papier libre en donnant les détails.

Merci de m'envoyer (copie ou scan) votre dernier bilan visuel. Pendant la durée du stage, si vous portez des lentilles, merci d'apporter vos lunettes et de ne pas porter vos lentilles.

Je souhaite m'inscrire au stage résidentiel "PRATIQUE INTENSIVE de la METHODE BATES" du 15 au 20 juillet 2018.

Pour l'enseignement, j'envoie un chèque d'arrhes d'un montant de 50% à l'ordre de Sonia DJAOUI.

Ce chèque ne sera encaissé qu'après le stage. Les arrhes resteront acquises si vous annulez votre participation après le 15 juin 2018.

Je loue une paire de draps :  Oui  Non  
Je loue le linge de toilette :  Oui  Non

Le règlement du séjour s'effectuera à l'arrivée, directement auprès du lieu d'accueil.



Bulletin et chèque(s) sont à envoyer à :  
**Sonia DJAOUI**

**EDUCATION DE LA VISION**  
161, rue Roger Salengro - 37000 TOURS