



LIEU

Notre-Dame de la Route
Chemin des Eaux-Vives 17
1752 Villars-sur-Glâne
026 409 75 00
www.domaine-ndr.ch



CHAMBRES

Chambres avec salle de bain
complète
Chambres avec lavabo, douche et
WC à l'étage



PARTICIPANTS

7 personnes atteintes de polio/
post-polio ou avec un handicap
physique



INTERVENANT

Christian Maillard, physiothérapeute,
praticien en coordination
respiratoire MDH



DIRECTION

Pierre Schwab
Maillefer 39
2000 Neuchâtel
032 731 81 45, 078 808 71 07



PRIX TVA COMPRISE (SERVICE HÔTELIER)

Membres ASPr-SVG

CHF 730

Non-membres ASPr-SVG

CHF 880

Frais de déplacement non compris

Vous êtes au bénéfice de prestations complémentaires ?

Veillez-nous faire parvenir une
copie de votre décision. Nous
traiterons votre dossier de manière
confidentielle afin de voir si vous
pouvez bénéficier d'un soutien
financier.

Inscription

En ligne : www.aspr-svg.ch >> cours
Par poste : formulaire au milieu du
magazine

Délai d'inscription : 02.09.2019



BIEN-ÊTRE

Promotion de la santé : coordina- tion respiratoire et bien-être en automne

Villars-sur-Glâne FR

17.11. au 22.11.2019

„Je suis venue pour la 2ème fois
et je suis prête à refaire ce cours
l'année prochaine.“

Une participante

Contenu du cours

Une semaine privilégiée pour découvrir ou approfondir sa coordi-
nation respiratoire MDH dans un contexte convivial d'échange. Le
but de ce travail est d'amplifier et d'harmoniser le mouvement
du diaphragme afin de restaurer la fonction respiratoire dans
son entier. Ce travail influence non seulement l'état fonctionnel
du système respiratoire, mais aussi la personne en elle-même.

Information sur la méthode : www.breathingcoordination.ch

Programme

Matin : travail en groupe (théorie et exercices pratiques)
Après-midi : séances individuelles avec Christian Maillard,
séances bien-être avec Pierre Schwab, temps libre et activités
diverses
Soir : films, jeux, échanges