



Life Motivations

Ecole—School

ASCA Accredited School

Ecole accrédité ASCA

Suisse - Switzerland

Agenda 2014-15

A la fin du programme – at the end of the programme

Professional training, continuous education

and Complementary therapies

Formation Professionnelle, Formation continue

Thérapies complémentaires



Life Motivations School

*“In times of change learners inherit the earth;
while the learned find themselves beautifully equipped to deal with a world that no longer exists”*
Eric Hoffer

Life Motivations accredited School (ASCA recognized) is taking up the challenge to offer trainings and continuous education in English and some in French to future therapists; practicing therapists who would like to add another technique to their current practice; to Human Resources professionals in the corporate world to deal more effectively with challenging situations and with relationship issues with the staff and be more effective in dealing with people, or anyone who would like to train to enhance their personal/professional skills. This training will be an asset to their personal and professional life.

Our mission is to offer top-quality services for complementary health care and techniques for life management skills; assisting people to attain optimum physical, emotional and professional well-being.

As we all know, we are living in a very challenging time where individuals, their families, and their relationships are taking a heavy toll both in the world of work and in the private sphere. Stress, loss of employment, divorce, separation, loss, shock, mobbing, burn-out, low self-esteem, confusion, indecisiveness, decision-making, career limitations, sleepless nights are more and more commonplace in our society and touch all of our lives. Eric Hoffer knew the importance of learning to deal with life more effectively.

At the end of the course the student will receive a Diploma recognized by ASCA (Swiss Association of Complementary and Alternative Medicine) www.asca.ch

École Life Motivations

“En période de changement, ceux qui apprennent en permanence héritent la terre ;Ceux qui ont cessé d’apprendre sont magnifiquement outillés pour évoluer dans un monde qui n’existe plus »
Eric Hoffer

Life Motivations est une école accréditée et reconnue par l’ASCA*. Notre défi : proposer des stages et une formation permanente en anglais ou selon, en français, aux futurs thérapeutes. Nous nous adressons à ceux qui souhaitent enrichir leur pratique habituelle de nouvelles techniques et aux professionnels des ressources humaines du monde de l’entreprise. Ceci peut leur permettre non seulement de traiter de manière performante les challenges rencontrés dans le cadre professionnel, mais également les relations avec le personnel, et de mener leurs relations interpersonnelles avec plus d’efficacité. Enfin, quiconque souhaite s’améliorer sur un plan personnel ou professionnel s’enrichira d’un atout complémentaire non négligeable dans ces deux aspects de sa vie.

Notre mission : proposer des services d’une qualité de premier plan dans le domaine des soins complémentaires et des techniques de gestion de vie ; accompagner les personnes dans leur recherche du bien-être optimum sur le plan physique, émotionnel et professionnel.

Nous le savons tous, nous vivons une époque particulièrement éprouvante qui se répercute sur les individus, leurs familles et le plan relationnel lui paie un lourd tribut, tant au niveau privé que professionnel. Le stress, la perte d’emploi, le divorce, la séparation, la perte, les chocs, la violence, l’épuisement, le manque d’estime de soi, la confusion, l’indécision, la prise de décision, les limitations de carrière, les nuits blanches font de plus en plus partie du quotidien de notre société et touchent chacune de nos vies. Eric Hoffer savait combien il est important d’apprendre à prendre sa vie en main de façon plus efficace.

A la fin du stage, l’étudiant recevra un diplôme reconnu par l’ASCA (*Fondation pour la reconnaissance et le développement des thérapies alternatives et complémentaires). www.asca.ch



Professional Training — Formation Professionnelle

Anatomy and Physiology



This course has been designed for three reasons:

- To offer an Anatomy & Physiology Course, in English, in Switzerland.
- To be of great benefit and interest to anybody who would like to learn how to improve and maintain their personal health and well-being, as well as that of their family.
- As a professional course that will give complementary therapists, psychologists and psycho-therapists the necessary anatomy, physiology and pathology qualifications to become members of

the Swiss Association of Complementary and Alternative Medicine (ASCA) and the Swiss Register of Empirical Medicine (RME). The complete programme required by ASCA is **150 hours**.

Reiki Level 1, 2, 3 and Master (in English)



Reiki is a simple hands-on healing technique which was re-discovered by Dr. Mikao Usui in Japan in the early 1900's while in a state of meditation. It is a method of natural healing that works holistically by de-blocking the flows of energy within and around the body. It can be practiced by anyone who has been attuned to the Reiki energies by an experienced REIKI Master / Teacher.

REIKI is accepted by ASCA, the Swiss Foundation for alternative and complementary therapies. The hours for the complete Reiki program for levels 1 to 4 (Master/Teacher level) as required by ASCA is **70 hours**.
[More information.](#)

Reiki Niveau 1, 2, 3 et Master (en français)

sur demande

Le Reiki a été découvert par Dr. Usui au Japon pendant qu'il méditait. C'est une méthode de guérison naturelle qui travaille holistiquement en débloquent les flots d'énergie dans et autour du corps. Le reiki peut-être pratiqué par toute personne qui a été initié aux énergies Reiki par un maître / enseignant REIKI.

REIKI est acceptée par l'ASCA, Fondation Suisse pour les thérapies alternatives et complémentaires.

Les heures pour le programme complet de Reiki requis par l'ASCA est 70 heures pour les niveaux 1 à 4 (niveau maître/enseignant). [Plus d'information.](#)

70 hours.

Body-mind and emotional relaxation



This 100 hours training course is over 3 terms and the study course will cover: Personality, Stress Factor, Conflict, Emotions, Body-mind connection, Relaxation Techniques, Eating Disorders, Addictions and basic Anatomy and Physiology.

The course is directed at anybody interested in understanding stress, why we are the way we are and why we react to events, how we can see things differently, the causes of stress and how to overcome them through skills that have proven to be effective and easy to use with awareness, knowledge and understanding in order to apply them in daily life. The techniques and tools that will be learnt and acquired are invaluable to deal with the most exacting demands in your personal and professional life and to assist others more effectively. The complete programme required by ASCA is **100 hours**.

Relaxation Psycho-Émotionnel-Corporelle

100 heures de théorie et pratique - Pourquoi cette formation ?

Nous sommes en train de vivre un véritable bouleversement tant au niveau individuel que global. Le stress, la perte d'emploi, le divorce, le mobbing, le burnout se propagent de plus en plus dans notre société.

La mission du Centre Life Motivation est d'offrir des services de qualité dans le domaine des thérapies alternatives, les soins complémentaires et dans les techniques de gestion des compétences personnelles. Nous souhaitons guider les personnes dans leur recherche du bien-être, aussi bien physique, émotionnel, que professionnel. Pour ce faire, le Centre Life Motivations propose un environnement serein et confortable, tant pour ses clients que pour les praticiens et les formateurs.

Un de nos buts est de former des professionnels dans les thérapies complémentaires et de la santé et de leur permettre une meilleure compréhension vis-à-vis leur état émotionnel, physique, mental et corporel afin de former des thérapeutes de qualité. Nous sommes conscients de l'importance primordiale pour les thérapeutes d'être, non seulement experts dans leurs matières, mais également au niveau de l'aspect mental, émotionnel, physique et spirituel pour exercer leur métier de façon équilibrée à tous niveaux et ainsi aider de façon intégrée leurs clients. **100 hours.**

Continuous Education — Formation continue

Introduction to Body-mind and emotional relaxation



This 16 hour introduction to the 100 hours professional training will cover: Personality, Stress Factor, Conflict, Emotions, Body-mind connection, Relaxation Techniques, Eating Disorders, Addictions and basic Anatomy and Physiology. The course is directed at anybody interested in understanding stress, why we are the way we are and why we react to events, how we can see things differently, the causes of stress and how to overcome them through skills that have proven to be effective and easy to use with awareness, knowledge and understanding in order to apply them in daily life. The techniques and tools that will be learnt and acquired are invaluable to deal with the most exacting demands in your personal and professional life and to assist others more effectively. **16 hours**

Introduction à la Relaxation Psycho-Émotionnel-Corporelle

Cette introduction de 16 h vous donne la possibilité de vous familiariser avec la Formation de 100 heures de théorie et pratique - Pourquoi cette formation ?

Nous sommes en train de vivre un véritable bouleversement tant au niveau individuel que global. Le stress, la perte d'emploi, le divorce, le mobbing, le burnout se propagent de plus en plus dans notre société. Dans ce cours d'introduction nous allons aborder le bien-être, physique, émotionnel, mental et professionnel avec des exercices pratiques.

La mission du Centre et Ecole Life Motivation est d'offrir des services de qualité dans le domaine des thérapies alternatives, les soins complémentaires et dans les techniques de gestion des compétences personnelles. **16 heures**

Formation continue en Relaxation Psycho-Émotionnel-Corporelle

Basé sur le travail de Louise Hay (Guéris ta vie)

Cet atelier de 2 jours à l'importance primordiale pour les thérapeutes d'être, non seulement experts dans leurs matières, mais également au niveau de l'aspect mental, émotionnel, physique et spirituel pour exercer leur métier de façon équilibrée à tous niveaux et ainsi aider de façon intégrée leurs clients. Guérir sa vie émotionnelle en tant que thérapeute est extrêmement important. Cet atelier n'est pas pour l'enseigner mais pour comprendre mieux les besoins de ses clients et soi-même. Cet atelier est aussi ouvert au grand public.

Vous allez changer votre vie et aidé vos clients ! Faites l'expérience de ce puissant atelier de deux jours, développé par Louise L. Hay, qui a déjà conquis des milliers de personnes. Vous découvrirez Comment : Rééquilibrer votre vie ; Dynamiser votre confiance en vous et votre propre estime ; Développer la prise de conscience de vos croyances négatives ; Maîtriser vos émotions et vous

libérer du passé ; Vous aimer, tout en aimant les autres plus profondément ; Cerner votre dynamique familiale et ses freins à la circulation de l'amour ; Travailler sur votre corps, votre esprit, vos émotions et votre cœur pour transformer votre vie ; Apprendre à utiliser les affirmations ; Découvrir la joie d'être créatif et la magie de devenir vous-même. Plus d'information allez www.gueristavielouisehay.com **16 heures**

Formation continue en Relaxation Psycho-Émotionnel-Corporelle Basé sur le travail de Louise Hay (Guéris ta vie)

Guéris ta vie réalise tes rêves—Formation Certifiante d'animateur (Le travail de Louise Hay)

Formation certifiante agréée par Hay House, Inc. et approuvée par Louise Hay. Comment accompagner les autres sur leur chemin; Comment évoluer vous-même simultanément, Comment faire rayonner une énergie bénéfique sur votre entourage et au-delà ! Passez la semaine la plus incroyable de votre vie avec un groupe de personnes étonnantes, toutes déterminées à apporter des changements positifs dans le monde ! Cette formation approfondie aux méthodes de Louise L. Hay et bien d'autres vous fournira tous les outils pour animer des séminaires. www.gueristavielouisehay.com - http://www.asca.ch/dc.aspx?content=FC_ecoles_2187&lang=fr
70 heures de théorie et pratique

Pourquoi cette formation de d'animateur?

Un de nos buts dans notre école Life Motivations est de former des professionnels dans les thérapies complémentaires et de la santé et de leur permettre une meilleure compréhension vis-à-vis leur état émotionnel, physique, mental et corporel afin d'être un(e) thérapeute de qualité, tant pour ses clients que pour les praticiens et les formateurs.

Nous sommes conscients de l'importance primordiale pour les thérapeutes d'être, non seulement experts dans leurs matières, mais également au niveau de l'aspect mental, émotionnel, physique et spirituel pour exercer leur métier de façon équilibré à tous niveaux et ainsi aider de façon intégrée leurs clients.

Le programme est sur 8 jours et 8h de pratique - Vous allez faire l'expérience de :

La Relaxation corporelle ; La Relaxation musculaire ; La Respiration ; Le Massage ; Visualisations et méditation ; La Relaxation Psycho-Emotionnelle et la psychologie des émotions ; La Relation thérapeutique d'aide ; La gestion de la confiance en soi ; La pensée positive ; Affirmations ; examen et certificat. www.gueristavielouisehay.com et

http://www.asca.ch/dc.aspx?content=FC_ecoles_2187&lang=fr

70 heures

La Respiration – Healing Breathing sur demande

Transformational breathing -respiration relaxante -L'olfactothérapie - Huiles essentielles -respiration abdominale -respiration complète -respiration Kundalini -exercices de base de yoga et 5 rites tibétains -les cinq éléments d'une respiration transformationnelle - théorie Psycho-Émotionnel-Corporelle - la relaxation complète après une séance de respiration

16 heures

Massage Énergétique Équilibrant Partie I (16h) – sur demande



Cette formation est strictement pour ceux qui ont déjà une formation de massage, shiatsu, ostéopathie et une expérience minimum d'un an. Cette méthode a d'excellents résultats.

- Décodage des blocages avec les doigts - Comment enlever un nœud musculaire - Équilibrage des énergies - Se centrer et se protéger - La différence d'une maux musculaire, une tumeur ou une torsion Effets du STRESS (angoisse, insomnie, fatigue, tête fatiguée/pleine/vide/lourde/engourdie, ressenti à la gorge, douleurs de dos, ...)

- Maux de tête - Fatigues et douleurs - Fatigue Dorsales (si ce n'est pas une fatigue ressentie dans

les jambes, ni dans la tête,

elle peut être ressentie dans le dos) - Douleurs : la plupart des douleurs même très anciennes réagissent souvent très bien à cette méthode - Cervicales Douleurs cervicales, Névralgie Cervico Brachiale - Douleurs dorsales - Périarthrite de l'épaule, capsulite rétractile, épaule gelée - Epoules Luxation à répétition, Calcification, Épaule sans force – Respiration - Elixir floraux (équilibrage) - Les huiles aromathérapie à utiliser

16 heures

Massage Énergétique Équilibrant

Partie II (16h) – sur demande

- Sinusitis – Arthrose - Lombaires Lombalgies Sciatiques - Douleurs dans la zone du sacrum – Cuisse - Douleurs de coccyx
- Douleurs à la fesse - Douleurs de hanche - Douleurs de cuisse - Angoisse, Claustrophobie, Agoraphobie, "soupirs sans cesse", "manque toujours d'air", "n'aime pas faire les achats dans une grande surface", "peur des bains de foule ... ", douleurs comme une angine de poitrine, peur panique de la mort, oppression.
- Fatigue (celle qui est non localisable) – Respiration - Discernement des symptômes ou vous devez ABSOLUMENT être certain qu'il n'y a pas de pathologies réelles des coronaires.

16 heures

Agenda 2014-15

Professional Training - Continuous education Formation Professionnelle – Formation continue

Agenda 2014				
September / septembre				
19-26 septembre Montreal, Canada	Formation continue Relaxation Psycho-Emotionnel-Corporel <u>Guéris ta vie réalise tes rêves</u> <u>Formation certifiante</u>	Isabel Contreras	10:00-18:00	<u>2200.- C\$</u> Sans hébergement
20-21 septembre Montreal, Canada	Formation continue Relaxation Psycho-Emotionnel-Corporel <u>Guéris ta vie réalise tes rêves</u> <u>Atelier sur 2 jours</u>	Isabel Contreras	09:30-18:00	<u>300.-C\$</u> Sans hébergement
17 Sept – 24 June Geneva Webster University	Anatomy, Physiology & Pathology (150 hours + exam)	Thea Marais	18:00-22:00	2900.-CHF
27-28 Geneva	<u>REIKI 1</u> (ENG)	Ximena Véliz	10:00-17:30	300.-CHF_
October / octobre				
17-24 Genève	Formation continue Relaxation Psycho-Emotionnel-Corporel <u>Guéris ta vie, réalise tes rêves</u> <u>Formation certifiante</u>	Isabel Contreras	10:00-18:00	2600 CHF - 2100.-€ Sans hébergement
18-19 Genève	<u>Guéris ta vie, réalise tes rêves</u> <u>Atelier sur 2 jours</u>	Isabel Contreras	09:30-18:00	430 CHF - 350.-€ Sans hébergement
December / decembre				
6-7 Geneva	Continuous education in Body- Mind and Emotional Relaxation <u>Heal Your Life</u> <u>2 day workshop</u>	Isabel Contreras	09:30-18:00	430.-CHF Without lodging
5-12 Geneva	Continuous education in Body- Mind and Emotional Relaxation <u>Heal Your Life</u> <u>Teacher training certification</u>	Isabel Contreras	09:30-18:00	2500.-CHF Without lodging

January/janvier		2015		
17-18 Geneva	<u>REIKI 1</u> (ENG)	Ximena Véliz	10:00-17:30	300.-CHF
February / fevrier				
21-212 Geneva	<u>REIKI 2</u> (ENG)	Ximena Véliz	10:00-18:00	450.-CHF
March/mars				
20-27 Paris, France	Continuous education in Body-Mind and Emotional Relaxation <u>Guéris ta vie, réalise tes rêves</u> <u>Formation certifiante</u>	Isabel Contreras	10:00-18:00	2000.-€ Sans hébergement
21-22 Paris, France	Continuous education in Body-Mind and Emotional Relaxation <u>Guéris ta vie, réalise tes rêves</u> <u>Atelier sur 2 jours</u>	Isabel Contreras	09:30-18:00	350.-€ Sans hébergement
28-29 Geneva	Continuous education in Body-Mind and Emotional Relaxation 16 hour Introduction course	Ximena Véliz	10:00-18:00	400.-CHF
June/juin				
23-24 Geneva	<u>REIKI 3</u> (ENG)	Ximena Véliz	10:00-17:30	700.-CHF
September/septembre				
5-6 Geneva	Continuous education in Body-Mind and Emotional Relaxation 16 hour Introduction course	Ximena Véliz	10:00-18:00	400.-CHF
26-27 Geneva	<u>REIKI Master</u> (ENG)	Ximena Véliz	10:00-17:30	1250.-CHF
Octobre/octobre				
16-24 Genève	Continuous education in Body-Mind and Emotional Relaxation <u>Guéris ta vie, réalise tes rêves</u> <u>Formation certifiante</u>	Isabel Contreras	10:00-18:00	2600 CHF - 2100.-€ Sans hébergement
17-18 Genève	Continuous education in Body-Mind and Emotional Relaxation <u>Guéris ta vie, réalise tes rêves</u> <u>Atelier sur 2 jours</u>	Isabel Contreras	09:30-18:00	430 CHF - 350.-€ Sans hébergement

Register /s'inscrire

info@lifemotivations.ch

ou 022 774 33 48

