

# INFORMATIONS PRATIQUES

## DATE DU STAGE

Les week-ends des 2-3 et 23-24 septembre 2023 (de 9h00 à 18h00), animé par Philippe BOHEC (03.85.53.23.03 // 06.81.60.05.40), Opticien qualifié en Optométrie, Enseignant de la méthode Bates, Respirologue, Energéticien et Géobiologue.

Il est précisé que ces deux week-ends sont **indissociables**.

## LIEU DU STAGE

**Chez Adeline LOIZEAU (ostéopathe)**  
**139 Avenue du Maréchal Foch**  
**86100 CHATELLERAULT**

Tel : 06.35.27.67.22

## BULLETTIN D'INSCRIPTION

Merci de me renvoyer le bulletin d'inscription par courrier, accompagné du chèque d'arrhes de 135 € à l'adresse suivante :

**Centre d'Education Naturelle de la Vision (CENAVI)**  
**Philippe BOHEC**  
**941 Chemin de la Goutte Berthaud**  
**71740 SAINT-EDMOND**

## MONTANT DU STAGE

**410 €** (hors hébergement et repas). Règlement chèque ou espèces.

## DÉROULEMENT DU STAGE

Nous commencerons samedi matin 2 septembre par une conférence vous exposant la **théorie** de la méthode Bates,

Durant ces quatre jours, il vous sera proposé, dans un lieu paisible et ressourçant, différentes activités de la méthode :

- Détendre l'ensemble du système oculaire, vos yeux, vos muscles et votre esprit ;
- Remettre en mouvement vos yeux en toute circonstance, source d'amélioration visuelle ;
- Lire de nouveau sans tension ni fatigue ;
- Préserver votre efficacité et votre confort visuel face aux contraintes professionnelles quotidiennes (écrans, lumière, etc...) ;
- Accroître et affirmer vos capacités de mémorisation pour une reconnaissance plus aisée de ce que vous percevez ;
- Et bien d'autres activités pour améliorer votre vue.

En dehors du stage, je me tiendrai à votre disposition pour un bilan visuel, pour une modulation de votre correction dans la perspective de votre amélioration visuelle avec la méthode Bates, ainsi que toute situation personnelle que vous souhaiteriez voir traiter en séance individuelle.

Ces deux week-ends vous permettront de vous soustraire complètement à vos préoccupations quotidiennes, sources d'obstacles à l'amélioration de votre vision.

Vous trouverez le déroulé complet du stage sur mon site [www.la-maison-du-temps-pour-soi.com](http://www.la-maison-du-temps-pour-soi.com), dans l'onglet activité puis stage à la date du 2-3 septembre 2023.

## HORAIRES DU STAGE et PRÉCISIONS

Sous réserve de modifications, le stage se déroulera :

- le matin de 9h00 à 12h30
  - l'après-midi de 14h30 à 18h00
- 
- Merci d'apporter vos lunettes actuelles et/ou votre dernière prescription ophtalmologique, si vous la possédez, ou tout autre document concernant votre correction.
  - Si vous avez passé des examens comme le champ visuel ou un OCT, il est très intéressant d'en connaître les résultats et de pouvoir savoir exactement où se situe le ou les problèmes. Merci de les apporter également.
  - Ne portez pas vos lentilles cornéennes mais prenez plutôt vos lunettes pour pouvoir les enlever facilement.
  - Prenez le nécessaire pour prendre des notes.

*Je reste à votre disposition pour vous apporter tout renseignement complémentaire dont vous auriez besoin et vous accueillerai avec joie et plaisir pour partager ce chemin d'évolution vers une meilleure vision.*

Philippe BOHEC

Centre d'Éducation Naturelle de la Vision

Harmonie de l'Être et de l'Habitat SASU

941 Chemin de la Goutte Berthaud

71740 SAINT-EDMOND

Tél : **06.81.60.05.40** // 03.85.53.23.03

Mel : [minerauxethabitat@gmail.com](mailto:minerauxethabitat@gmail.com)

Site: [www.cenavi.fr](http://www.cenavi.fr) // [www.la-maison-du tempspour-soi.com](http://www.la-maison-du-tempspour-soi.com)