

Communiqué de presse

17e salon Mieux-Vivre Forum Fribourg 11, 12 et 13 novembre 2016

130 exposants - 105 conférences
13 ateliers - 13 films

Cette année, le thème "**sensualité épanouie**" va permettre au public de satisfaire sa curiosité dans ce domaine, parfois méconnu, parfois mal compris.

Invités : Joëlle Chautems, Françoise Dorn, Gérard Leleu, Jean-Yves Revault, Claude Roggen, Yves-Alexandre Thalmann, Claire Tiberghien, Florence Vertanessian, ...

Sensualité, (étymologiquement : l'ensemble de nos sens et leurs activités) caractère, tempérament d'une personne qui cherche tout ce qui peut satisfaire les sens et procurer du plaisir. Nous allons ainsi vous donner l'occasion de vous observer au point de vue des cinq sens : le toucher, l'odorat, l'ouïe, la vue et le goût.

Épanouie maintenant, pour une fleur on parle d'ouvrir largement ses pétales mais au sens figuré "faire atteindre à un être ou à une chose son plein et harmonieux développement".

Mais comment vivre une sensualité épanouie ? Nous avons invité des conférenciers qui, depuis de nombreuses années travaillent, animent des ateliers, écrivent des livres sur le sujet, des spécialistes qui seront présents pour vous informer et répondre à vos questions.

Jean-Yves Revault, tout d'abord, et son livre l' "**Alphabet des baisers**" qui fut créé suite à une question de sa compagne : "*Mais tu m'embrasses comment ?*" Fondateur de la thérapie par l'écriture, il vous propose un atelier d'écriture ayant pour thème les fantasmes. Selon lui, en acceptant ses fantasmes, on peut les décoder, les décrypter et ainsi libérer des chaînes en nous dont on ignorait l'existence mais qui entravaient notre libre expression et notre épanouissement. Un de ses conseils : "*Regardez-vous avec la même compassion que vous auriez en regardant un petit enfant, même quand il vient de faire une bêtise.*"

Avec 2 ateliers et 3 conférences,
ateliers d'écriture avec pour thème
- **Écritures et fantasmes**,
samedi à 17h00 et dimanche à 11h45 et 3 conférences
- **Les fantasmes : une voie d'éveil à soi-même**
vendredi à 18h15, samedi à 14h30 et dimanche à 14h10.

[Jean-Yves Revault chez Jouvence](#)

Un autre conférencier le **Docteur Gérard Leleu** s'est penché depuis de très nombreuses années sur ses patients en constatant que 85 % d'entre-eux n'avaient pas de problèmes physiques, mais que les problèmes étaient ailleurs que leur origine était plutôt psychosomatique. La pratique qui consiste à donner des antidépresseurs ou des tranquillisants endort le malade mais ne le guérit pas. Et ces gens-là conduisent, travaillent... Dans 85 % des cas, il y a un problème autour de l'amour, la jalousie, la possessivité, le manque d'amour. Son livre "**Le traité des caresses**" l'a rendu célèbre. Il s'intéresse plus particulièrement au plaisir féminin. Plus érotologue que sexologue qui apprend la pathologie, ce qui l'intéresse c'est l'éducation érotique, c'est l'éveil du plaisir dans la subtilité. Selon lui, la constellation vaginale, le fameux poing G existe, il a besoin d'être éveillé.

Avec 2 ateliers

- **deux "Cour(s) d'amour"**,
samedi à 17h00 et dimanche à 13h00.

[Gérard Leleu chez Amazon](#)

Françoise Dorn, dans sa conférence "**Faire durer l'amour**", va vous présenter des outils très concrets. Elle vous parlera de la passion des débuts, de l'importance de remplir le réservoir affectif, d'abord le sien et puis celui de l'autre, des contacts physiques, des paroles valorisantes, des moments de qualité. "*Devenir un alchimiste de l'amour, c'est transformer le plomb en or dans la vie de couple.*" dit-elle.

Avec 2 conférences et 1 atelier

- **Le temps de la douceur**

samedi à 18h15 et

- **Faire durer l'amour**

dimanche à 13h00

- **La magie des émotions**

atelier samedi à 15h45.

www.francoise-dorn.com

Yves-Alexandre Thalmann vous parlera du mystère du désir. "**Le désir se flétrit dans la routine, la monotonie et la prévisibilité, en un mot, une trop grande sécurité le dévitalise. Et si nous parlions moins pour désirer davantage ?**" dit-il.

Avec 2 conférences et 2 ateliers

- **Le mystère du désir**

samedi à 12h00 et

- **Une motivation à toute épreuve**

dimanche à 15h20, ainsi que deux ateliers :

- **Booster sa motivation**

samedi à 14h00, et dimanche à 13h00.

www.yathalmann.ch

Florence Vertanessian a écrit un livre publié chez Jouvence : **Oser être soi dans la relation amoureuse**. Ce livre pratique propose des clés pour ouvrir les portes à un séduisant voyage amoureux généreux et sensible.

Avec 2 conférences et 2 ateliers

- **Oser être soi dans la relation amoureuse, l'amour en quête de sens**

samedi à 15h45 et dimanche à 11h45

et l'atelier

- **Je booste ma concentration, gagner en efficacité**

samedi à 18h15 et dimanche à 14h10

www.florencevertanessian.com

Claire Tiberghien dans son ouvrage "**Équilibre et méditation par les plantes**", également publié chez Jouvence, vous fait découvrir la lavande, le pissenlit, la menthe poivrée, la chicorée sauvage, l'aubépine, la mélisse, le romarin... et leurs bienfaits, suivis par une méditation complétant le chemin thérapeutique proposé. Ces méditations, mises en musique par le pianiste **Christophe Tiberghien** sur la base des travaux de Su Ma T'Sien, font l'objet d'un CD offert accompagnant l'ouvrage.

Avec 2 conférences

- **Équilibre et méditation par les plantes**

vendredi à 15h45 et dimanche à 13h00

[Claire Tiberghien chez Jouvence](#)

Sébastien Tubau : "*La richesse d'internet permet aujourd'hui de donner lieu à des rencontres magiques... à condition de garder le cap de nos souhaits et de procéder étape par étape.*"

Avec sa conférence

- **Masculin & Féminin : l'art de l'intimité**

vendredi à 18h15

www.sebastien-tubau.com

Claude Roggen sera parmi nous pour son livre "**Les secrets du druide, voyage dans l'herbier médicinal**"

Avec 2 conférences

- **Voyage dans l'herbier médicinal du druide**

vendredi à 17h00 et samedi à 12h00

www.roggen.ch

Joëlle Chautems est l'auteure des livres "Guide des hauts-lieux vibratoires en Suisse romande" et "Guide des arbres extraordinaires de Suisse romande, 40 balades d'énergie".

Avec 2 conférences :

- Soins par les êtres élémentaires : soins en pleine nature

samedi à 13h15

- Les rituels de passage: clés pour une meilleure conscience de soi

samedi à 15h45

www.eorian.ch

Stella et Jacques Choque seront présents, Stella avec ce projet d'animation pour promouvoir la bienveillance et Jacques avec le yoga sur chaise. Ils sont auteurs du livre "Animations pour les personnes âgées, 400 exercices pratiques & ludiques"

Avec conférence Jacques samedi à 10h45

- La respiration, à la fois clé du mieux-être et de la démarche spirituelle

conférence Stella samedi à 18h15

- Le projet d'animation pour promouvoir la bienveillance

atelier Stella samedi à 13h15

- Gestion du stress (grâce à la respiration, la visualisation...)

atelier Jacques samedi à 15h45

- Yoga sur une chaise.

Les informations ci-dessus peuvent être complétées dans les liens liste des [conférences](#), [ateliers et films](#) et liste des [exposants](#) ainsi que [infos pratiques](#).

Sur le site www.mieux-vivre.ch, un entretien complet avec Françoise Dorn sera en ligne dès ce jeudi. Durant les semaines précédant le salon, vous pourrez lire un entretien par semaine avec nos conférenciers.

Et pour terminer, quelques citations :

Parmi les cinq sens, la vue, l'ouïe et l'odorat connaissent moins d'interdits que le toucher et le goût. [Léonard de Vinci]

Rien dans notre intelligence qui ne soit passé par nos sens. [Aristote]

Sous quelque rapport qu'on envisage la gourmandise, elle ne mérite qu'éloge et encouragement. [Anthelme Brillat-Savarin]

Voir, c'est croire; mais sentir, c'est être sûr ! [Marquis de Sade]

André Dunand Président de l'Association "Les Salons du Mieux-Vivre" se tient à votre disposition, son portable 079 366 38 84.

Je reste moi aussi à votre disposition.

Bien à vous

Christiane Kolly - rue du Baly 3 - 1636 Broc - Suisse

079 378 83 66 - 026 534 56 70 - www.christianekolly.ch

[ces infos en ligne ici](#)