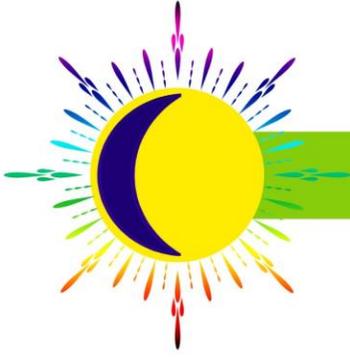




Conte Yoga

avec Luana & Surya

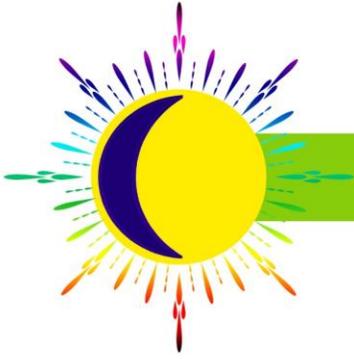




Mission

Conte-Yoga avec Luana & Surya a pour mission d'offrir aux enfants un moment dans le temps afin de leur permettre de reconnecter avec leur essence, leur *Shanti*, dans le but d'apprivoiser qui ils sont et de reconnaître l'arc-en-ciel d'émotions qui les habite. En combinant les contes de Luana et les séances de yoga de Surya, les enfants sont invités à explorer un espace de pleine conscience où on leur permet de vivre leurs émotions pleinement. Chaque séance permet aux enfants de développer leur propre cavalerie pour surmonter leurs défis quotidiens. Les enfants ressortent outillés avec la profonde connaissance qu'ils sont uniques, que chacun a sa propre couleur et que c'est très bien ainsi. Luana et Surya éclairent les sentiers sombres et permettent ainsi aux enfants d'accueillir leurs émotions et de les vivre pleinement, d'équilibrer leur être, leur intérieur et leur extérieur, leur lune et leur soleil !





Après avoir œuvré dans le domaine dentaire pendant une dizaine d'années, j'ai choisi de m'investir pleinement à l'enseignement du yoga.

Certifiée par Yoga Alliance depuis 2006 ainsi que pour le yoga enfant par MagiYoga, je suis la fondatrice de «Yoga CarÔm» afin de partager ma passion pour cet art de vivre avec simplicité et dans le plaisir pour le meilleur de tous! Détenant un D.E.C en arts générales ainsi qu'une formation en théâtre et en chant, je mets à profit ma créativité pour offrir un enseignement ludique et musical adapté aux enfants.

Maman de deux jeunes enfants ayant des troubles d'apprentissages (dyslexie, TDA et dysphasie) je suis sensibilisée à tous les effets et impacts que ces défis causent chez l'enfant et aux membres de sa famille, autant au niveau émotionnel, physique que psychologique.

C'est par complémentarité avec l'auteure des Contes de Luana, Julie Gunville, que j'invite les enfants à vivre une pratique de yoga sous le thème du conte, dans la liberté et la joie de découvrir tous les aspects de son Être, à son rythme.

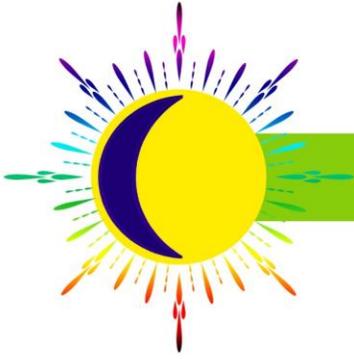
Caroline Rousseau



Née d'un rayon de soleil, Surya est votre guide vers la réalisation de votre plein potentiel par l'entremise du yoga.

Surya, c'est le soleil. Celui qui permet de faire rayonner votre intérieur, qui vous permet de vous exprimer, de concrétiser vos rêves et manifester tout votre être.

Par l'action, les positions de yoga inspirées des personnages des contes de Luana, Surya guide les enfants vers l'expression de leur Être et le développement de leurs relations interpersonnelles avec discernement et confiance.



Bachelière en Administration – concentration Marketing de l’UQAM, je suis depuis toujours une philosophe et poète dans l’âme! En 2005, j’écoute mon cœur et je crée mon projet de vie : je quitte mon emploi en tant que gestionnaire marketing du Théâtre IMAX du Musée canadien des civilisations afin de vivre mon expérience de maman pleinement. Mes enfants, qui sont maintenant âgés de 10 et 7 ans, forment ma plus grande source d’inspiration. Leur anxiété et hypersensibilité me permettent d’ouvrir la porte sur un monde d’imagination et de compassion afin de les accompagner dans leur quotidien.

En jouant avec les mots, en utilisant différents moyens de présentation des contes, les petits et les grands font la rencontre de personnages auxquels ils s’identifient facilement. La combinaison des contes de Luana aux séances de yoga de Surya (Caroline Rousseau) offre aux enfants une boîte dans laquelle ces derniers peuvent déposer les outils qui leurs sont propres grâce aux émotions vécues par les personnages et les positions de yoga enseignées par Surya.

Julie Gunville

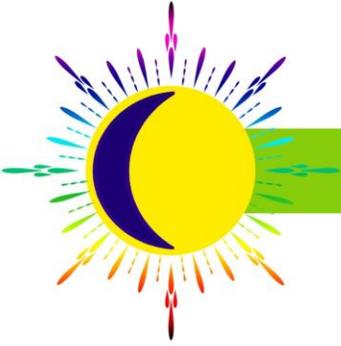


Née de la poussière de lune, Luana est arrivée discrètement pour faire du bien aux petits... et aux grands grâce à ses personnages qui apprennent à vivre avec toute une gamme d’émotions!

Épurer à son sens le plus simple ces défis et imager les émotions à l’aide d’analogies amusantes font partie de la mission de ses contes. Elle laisse l’imagination des enfants voguer dans les univers enchantés afin de leur apprendre à reconnaître les émotions, les sensations qu’elles nous apportent et surtout les beaux cadeaux qu’elles nous offrent.

La sensibilité, l’intuition, l’écoute et surtout la relation avec soi sont au cœur des voyages littéraires de Luana.

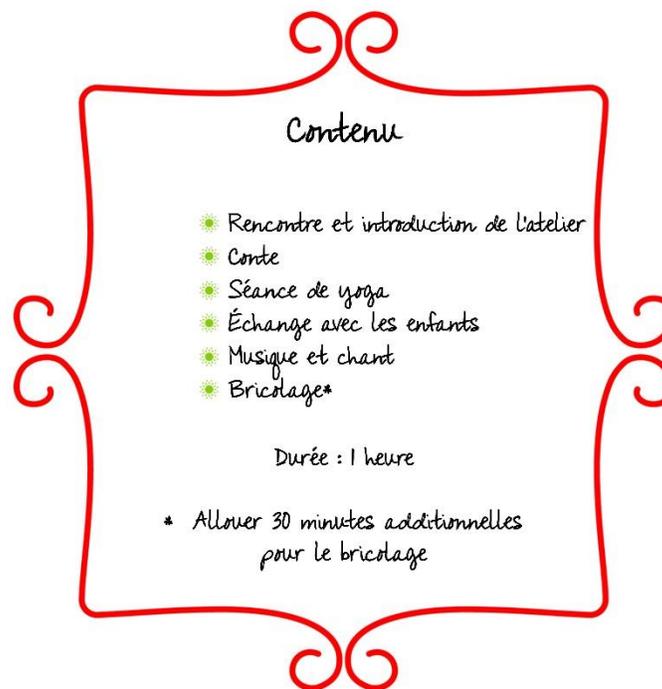
Au plaisir de vous faire découvrir son Univers !



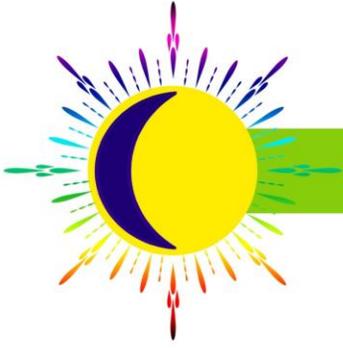
Luana et Surya peuvent vous visiter de façon ponctuelle ou vous offrent également la possibilité de bâtir une fondation solide avec les enfants et vivre des transformations remarquables dans votre groupe en vous visitant sur une base régulière. Un bloc de 4 visites est offert où chaque expérience vient s'appuyer sur la précédente et ainsi solidifier les apprentissages.

Une visite de Luana & Surya transformera votre journée et sûrement une petite partie de votre cœur !

Le concept est simple mais Ô combien efficace !



Apportez une énergie d'ouverture, d'équilibre et de connexion à votre groupe ! Grâce à l'écoute active et le désir ardent de Luana et Surya de travailler avec les enfants, il est très simple d'adapter les services aux besoins spécifiques des enfants (classes ou groupes spécialisés). Nous vous invitons à communiquer avec nous afin d'ouvrir la conversation sur vos besoins et développer ensemble une offre à votre mesure.



Contes disponibles pour la saison 2016-2017*

Série Les aventures de M. Saucier

Le vélo de M. Saucier

Thèmes

Oser faire quelque chose de nouveau, apprendre à écouter son cœur, reconnaître les sensations dans son corps, entraide, affirmation de soi, amitié

Outil de présentation

Illustrations avec Kamishibai (théâtre japonais)

Le voyage à deux de M. Saucier

Thèmes

Amitié, résoudre des conflits, acceptation de ses limites, reconnaître les forces de chacun

Outil de présentation

Illustrations avec Kamishibai (théâtre japonais)

Le Yéti frileux

Thèmes

Hiver, amitié, oser exprimer ses émotions

Outils de présentation

Vocal
Boîte mystère (à venir)

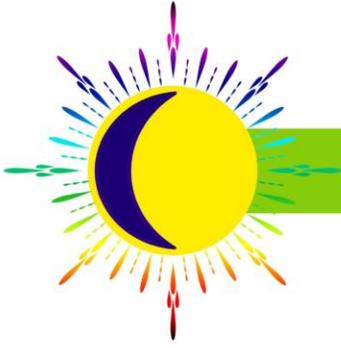
La princesse invisible

Thèmes

Timidité, confiance, courage, bonheur

Outil de présentation

Tablier et masques



Jules le flamant

Thèmes

Acceptation de soi, apprendre à calmer notre nervosité, ouverture aux autres, prendre sa place, celle que l'on veut prendre

Outil de présentation

Illustrations avec Kamishibai (théâtre japonais)

Gizmo part à l'aventure

Thèmes

Amitié, pardon, découverte, aventure

Outil de présentation

Boîte mystère

Grand-maman à dos d'éléphant

Thèmes

Amitié, oser l'aventure, nouveauté, découverte

Outil de présentation

Illustrations avec Kamishibai (théâtre japonais)

Contes de Noël

**Willou et son premier long voyage
(Temps des Fêtes)**

Thèmes

Magie de Noël, patience, croire en ses rêves, persévérance

Outil de présentation

Vocal et accessoire sonore

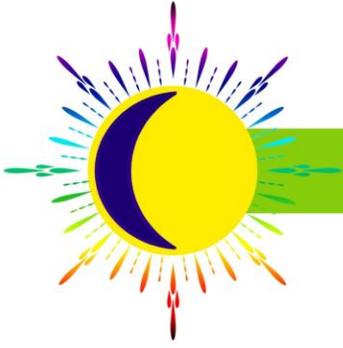
**Petite étoile
(Temps des Fêtes)**

Thème

Noël, accepter ses différences

Outil de présentation

Vocal



Contact

Luana & Surya

T. 819 777-3753 ou 819 208-9333

juliegunville@videotron.ca
carolinerousseau12@gmail.com

 Conte Yoga avec Luana et Surya