



## Ateliers de Jin Shin Jyutsu animés par Claire Carrière, praticienne et formatrice

L'art du Jin Shin Jyutsu revitalise et harmonise le corps, le mental et les émotions. Sa pratique est simple et accessible à tous. Il surprend par son efficacité.

Les ateliers de Jin Shin Jyutsu proposent des moments de pratique de aide-à-soi-même ; l'un d'entre eux est un enseignement à la pratique sur autrui.

Le Jin shin Jyutsu développe le calme intérieur, apaise les émotions fortes ; il détend le corps, renforce son fonctionnement, amène une meilleure compréhension de soi-même et donne des outils simples pour se sentir bien en tout instants de la vie quotidienne. Sa pratique peut devenir un art de vivre.



Praticienne en Jin Shin Jyutsu depuis 2012 et formatrice depuis 2013, je suis pianiste de formation – professeur et concertiste. C'est suite à la guérison complète d'une maladie génétique, grâce à la pratique du Jin Shin Jyutsu, que j'ai souhaité me former pour devenir thérapeute et formatrice en "Aide à soi-même"; depuis 2020 j'enseigne également la pratique sur autrui au travers d'ateliers et de stages.

A l'écoute du son et à la rencontre avec l'âme des compositeurs dont j'interprète les œuvres s'est ajouté la richesse de l'écoute de la vibration de l'être humain en son évolution physique, psychologique comme en son cheminement intérieur.

En 2010, j'ai commencé à me former auprès des instructeurs de Jin Shin Jyutsu Inc.- [www.jsjinc.net](http://www.jsjinc.net) - et, depuis 2016, j'approfondis ma compréhension et pratique auprès de Matthias Roth - [matthiasjsj.de/fr](http://matthiasjsj.de/fr)

### CALENDRIER mai-septembre 2026

#### en VISIO, ateliers d'aide à soi-même,

<b>1 lundi par mois de 19h15 à 20h45</b>	<b>La 12 FE d'organe</b>
Lundi 4 mai	<b>FE Côlon</b>
Lundi 1 <sup>er</sup> juin	<b>FE Estomac</b>
Lundi 6 juillet	<b>FE Rate</b>
Lundi 10 août	<b>FE Coeur</b>
Lundi 7 septembre	<b>FE Intestin grêle</b>

<b>1 lundi par mois de 19h15 à 20h</b>	<b>Les Verrous de sauvegarde de l'énergie, en lien avec les profondeurs</b>
Lundi 18 mai	<b>De la 6<sup>e</sup> Profondeur au VS # 1</b>
Lundi 22 juin	<b>Les VS #1, 2, 3 et 4</b>
Lundi 20 juillet	<b>Les VS # 5, 6, 7 et 8</b>
Lundi 24 août	<b>Les VS # 9 et 10</b>
Lundi 21 septembre	<b>Les VS #11 et 12</b>

**En PRESENCE, à Tarascon sur Rhône,**

<b>2 jeudis par mois de 17h à 18h30 Les verrous de sauvegarde de l'énergie en aide à soi-même</b>	<b>2 samedis par mois, de 9h45 à 11h15 Les verrous de sauvegarde de l'énergie en aide à soi-même</b>
7 mai	2 mai (remplace le 18 avril)
21 mai	9 mai et 23 mai
4 juin	6 juin
25 juin	27 juin
2 juillet	11 juillet
23 juillet	25 juillet

<b>2 vendredis par mois, de 17h à 19h Les flux des verrous de sauvegarde de l'énergie enseignement à la pratique sur autrui</b>
8 mai (à ajuster, si besoin)
22 mai
5 juin
26 juin
3 juillet
24 juillet

\*\*\* \*\* \*\*

Ces ateliers proposent, par thème, un enseignement continu, validé par une attestation de formation pour ceux qui les auront suivis dans leur intégralité, sur une année.

Tarif :

15€ par atelier (chèques à l'ordre de Claire Carrière, virement ou espèces)

ou

120€ la carte de 10 ateliers + 20€ d'adhésion annuelle à l'association *Art et musique à portée de main* dont l'une des vocations principale est la transmission du Jin Shin Jyutsu(chèques à l'ordre de Art et Musique à portée de main, virement, ou espèces)

Contact : Claire Carrière

06 03 94 11 71

claire.carriere@yahoo.fr