



Améliorer votre vue de façon naturelle avec **La Méthode Bates**

Programme 2023-2024

Le Docteur W. H. Bates (1860-1931), ophtalmologue américain, a découvert que les problèmes visuels ne sont pas des maladies, mais plutôt de **mauvaises habitudes** que l'on acquiert au long de notre vie, suite à des événements marquants. La vue change en fonction de l'état physique et de l'état d'esprit de la personne. La fonction visuelle dépend à 20% des yeux et à 80% de l'interprétation du cerveau. Le Dr. Bates a créé un **processus éducatif** simple et à la portée de tous.

Les stages permettent de prendre conscience de la fonction visuelle et d'acquérir des nouvelles habitudes grâce à des exercices concrets et simples. Vous pouvez déjà constater une amélioration de votre vue à l'issue du premier stage.

Les stages sont destinés à toutes personnes ayant des problèmes **de myopie, de presbytie, d'astigmatisme, d'hypermétropie, de strabisme**, ainsi qu'en cas de sécheresse des yeux, d'hypersensibilité à la lumière ou par prophylaxie contre les maladies dégénératives.

Cette méthode ne remplace pas l'ophtalmologue, ni l'opticien !

Je propose également des stages privés ainsi que des consultations en présentiel ou par internet sur rendez-vous.

Stage 1 de base d'une journée

Comprend une introduction théorique (dossier compris) et l'apprentissage des différents exercices corporels et visuels tels que : le mouvement, la vision périphérique, la relaxation, l'accommodation, la vision centrale, le palming, le sunning, la visualisation et la vision binoculaire.

Horaires : De 9 :00 à 17 :30 avec pause à midi.

Dates à choix :

Ollon : **Samedis** : 25.11.2023 / 13.01.2024/ 27.04.2024/ 18.05.2024

Genève : **Samedis** : 20.01.2024/ 06.04.2024/ 01.06.2024

Stage 2 approfondi d'une journée

Destiné aux personnes qui ont suivi le stage 1.

Le stage comprend : des exercices spécifiques pour des myopies importantes, pour le strabisme, la presbytie ; l'apprentissage de la technique de Ray Gottlieb, O.D. Ph.D., des exercices pour la convergence et la divergence, la vision binoculaire, la vision en 3D, des techniques pour aider le cerveau à se libérer des blocages qui l'empêchent de voir mieux.

Dates : Ollon le samedi 15 juin 2024, de 9hr à 17 :30 avec pause à midi

Lieu: Ollon(VD) : Ch. En fin de Soréculos 7, 1867- Ollon
Genève : « Joyah » Centre de Thérapies Naturelles.
26, Ch. de la Caroline. 1213 Petit-Lancy

- **Prix : 150 Fr/journée par personne**
- **Etudiants moins de 25 ans et répétition : 130 Fr/journée, par personne**

Stages et consultations privés, présentiels ou par internet sur rendez-vous

Stage privé : séance de 3hr. : 150 Fr./personne. Si vous venez à deux, 275Fr pour les deux

Consultations privées d'une heure : 80 Fr./personne

Inscription obligatoire

L'inscription aux stages 1 et 2 est obligatoire. Les stages présentiels auront lieu s'il y a un nombre minimum de personnes.

Consulte à Ollon (VD) et à Genève en français et en espagnol

Animatrice: Martha Gränicher-Márquez

- **Consultante et enseignante de la Méthode Bates, pour retrouver la vue.**
- **Consultante en Brainspotting, pour sortir du trauma selon David Grand.**
- **Consultante et enseignante en Psychokinésiologie, selon Réal Choinière.**
- **Consultante selon la méthode Aleceia, Psychothérapie d'intégration et retraitement du trauma**
- **Consultante en Hypnose, (aller à la cause, la vie entre les vies, les vies antérieures).**
- **Praticienne du Mouvement Oculaire Bilatéral**
- **Diplômée Silva.**
- **Ingénieure Chimiste de formation**

Contact : +41. 78.766.48.73 aussi WhatsApp

margrama50@hotmail.com

martha.granicher@gmail.com

www.methodebates.ch