



SOHA

FORMATION EN POLARITÉ NIVEAU I

Méthode Véga



créée par Béatrice Elouard, PhD, M.Sc
fondatrice de l'École de Polarité Véga

« Les 5 Éléments
Une découverte profonde de notre être,
Un art de vivre au quotidien. »



DATES DE LA FORMATION NIVEAU I (100 HEURES)

AUTOMNE 2024 - HIVER 2025

5 fins de semaine de cours (80 h)

Polarité 1 : 7-8 septembre 2024

Polarité 2 : 12-13 octobre 2024

Polarité 3 : 9-10 novembre 2024

Polarité 4 : 7-8 décembre 2024

Polarité 5 : 18-19 janvier 2025

+ Pratiques dirigées (20 h)

En soirs de semaine



[Inscription
en ligne](#)

Enseignante :

Dominique Mennessier

Information :

formation@centresoha.com

Lieu :

Centre SOHA
961 rue Rachel Est
Montréal QC H2J 2J4

LA POLARITÉ & LES 5 ÉLÉMENTS

Les 5 Éléments de l'Ayurvédā : **la Terre, l'Eau, le Feu, l'Air et l'Éther** sont présents dans l'approche de Randolph Stone, le créateur de la polarité. Partant de ce concept, **l'École de Polarité Véga** a développé un **système unique basé sur les 5 Éléments** de la nature et leurs 3 pôles de correspondances aux niveaux physique, psychologique et spirituel.

La Polarité, une approche globale

La Polarité est une approche énergétique inspirée de l'ostéopathie, des chakras et de la médecine traditionnelle indienne (Ayurvédā).

Elle vise à remettre en circulation l'énergie vitale et à rééquilibrer l'être à tous les niveaux : physique, psychologique et spirituel.

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant :

- acquérir une première formation professionnelle de base en polarité.
- bonifier son expérience en polarité par l'approche unique des 5 Éléments de la
- méthode Véga.
- cheminer de façon personnelle vers une meilleure connaissance de soi et équilibrer son quotidien.



*Un accompagnement professionnel
dans le respect de l'être.*

FORMATION HOLISTE EN POLARITÉ

Un(e) Thérapeute formé(e) suivant
la méthode Véga a un minimum
de **300 heures** de formation
intermédiaire et de **1350 heures**
de formation holiste.

Pourquoi choisir la Polarité ?

Par sa douceur, la Polarité s'adresse à
tous, adultes, enfants, aînés.
Elle permet de s'offrir un moment de
détente agréable ou une expérience
profonde qui aide à retrouver un
équilibre et un bien-être au quotidien.

Parmi les bienfaits de la Polarité :

- Détente, profond bien-être
- Relâchement des tensions et
apaisement de certaines douleurs
- Augmentation de la vitalité
- Amélioration du sommeil
- Repos du mental
- Amélioration de la concentration
- Meilleur équilibre au quotidien
- Capacité de renouer avec l'essence
de son être.

Déroulement d'une séance

La Polarité se donne en séances
ponctuelles ou en suivi de 6 à 10 séances
établi **en fonction de la demande du
client.**

Le thérapeute suit avec ses mains des
circuits d'énergie précis sur le corps de la
personne qui est habillée et allongée sur
une table de massage.



SOHA

Centre SOHA
961 rue Rachel Est
Montréal QC H2J 2J4

centresoha.com