



# Améliorer votre vue de façon naturelle avec la méthode Bates [www.methodebates.ch](http://www.methodebates.ch)

## Programme de stages 2018 - 2019

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. La vue change en fonction de l'état physique et émotionnel de la personne. Les yeux contribuent à 20% de la fonction visuelle et le cerveau à 80%. Le Dr. Bates a créé un processus éducatif simple et à la portée de tous.

**Les stages proposent d'acquérir de nouvelles habitudes visuelles et une prise de conscience** par des exercices concrets et simples. Vous pouvez déjà constater une amélioration à l'issue du stage.

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

### Stage 1 de base d'une journée

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

#### Dates à choix :

**Genève : 27 octobre 2018, 08 décembre 2018, 26 janvier 2019, 09 mars 2019.**

**Ollon : 06 octobre 2018, 24 novembre 2018, 12 janvier 2019, 30 mars 2019, 25 mai 2019**

### Stage 2 approfondie d'une journée

Destiné aux personnes qui ont suivi le stage 1 et qui ont envie d'approfondir la méthode Bates. Le stage propose d'apprendre des nouveaux exercices pour chaque problème oculaire spécifique.

#### Dates à choix

**Genève : 04 mai 2019.**

**Ollon : 23 février 2019, 15 juin 2019.**

**Horaire** : les samedis de 9 :00 à 17 :30 avec pause à midi

## Lieu:

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

## Prix :

- 150 Fr/journée
- Etudiants moins de 25 ans : 110 Fr.
- Si vous venez à 4, payez pour 3
- Prix famille sur demande

## Inscription obligatoire

L'inscription est obligatoire. Les stages auront lieu s'il y a un nombre minimum de personnes.

## Stages près de chez vous

Si vous êtes intéressés à organiser des stages ou des conférences près de chez vous en Suisse romande, je me déplace volontiers.

**Animatrice : Martha Gränicher-Marquez**

**Contact : +41. 78.766.48.73    [margrama50@hotmail.com](mailto:margrama50@hotmail.com)**

**[www.methodebates.ch](http://www.methodebates.ch)**