

COLLOQUE INTERNATIONAL D.
19ème édition
AYURVEDA
& DE YOGA

sous le Haut Patronage de l'Ambassade de l'Inde, Paris

Vendredi 22 au
Dimanche 24
Septembre 2023



LE STRESS,
une entrave au bonheur



TAPOVAN

Open University de Yoga & Ayurveda
fondé et dirigé par Kiran Vyas

65 ROUTE D'ANNEVILLE - 76540 SASSETOT LE MAUCONDUIT
TEL: 02 35 29 20 21 EMAIL: TAPOVAN@TAPOVAN.COM
WWW.TAPOVAN.COM

19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

Les intervenants



Kiran VYAS

Pionnier de l'Ayurveda en Europe.
Fondateur-Directeur de TAPOVAN.
Auteur de nombreux ouvrages
sur le yoga et l'ayurveda



Danielle Soret

Présidente de SASdit
(Détente, Imagination et
Témoignages)



M Madhav SULPHULE

1^{er} secrétaire du service
politique de l'Ambassade
de l'Inde



Mme Pujya PRIYADARSHNI

2^{ème} secrétaire du département de
presse information et culture de
l'Ambassade de l'Inde



Dr. Bhaswati BHATTACHARYA

MPH, MD, PhD Clinical Asst Professor of
Medicine, Weill Cornell Medical College,
New York, NY Fulbright Specialist in
Public Health/ Global Health-Integrative
Medicine 2018-2023 - Chief Science &
Research Officer, VedaFarms "



Dr U.K. KRISHNA

Directeur de l'université
d'Ayurveda au Japon



Dr Isabelle NEGRE

Responsable de l'Unité Douleur et
Soins Palliatifs du Kremlin Bicêtre.
Praticienne de l'hypnose



Santosh RAJPOOT

Directeur de l'université d'Ayurveda
de Prague. Docteur en médecine
moderne et en neurosciences.



Dr Dominique ERAUD

Médecin acupuncteur, phyto-thérapeute
et nutritionniste. Fondatrice de la CNMSE
(Coordination Nationale Médicale Santé
Environnement). Co-auteur de "Médecine
et alimentation du futur"



Huguette DECLERCQ

Fondatrice et Directrice du
centre Atlantide-Belgique.
Présidente du l'APEBY. Experte
et enseignante en Kundalini
yoga



Elodie GARAMOND

Créatrice du Tigre Yoga et
autrice passionnée, elle a
consacré ses dix dernières
années à partager l'art de vivre
du yoga auprès de nombreuses
communautés



Isabelle CELESTIN

Directrice de I.F.P.P.C., centre
CAMKeys. Responsable du DU
pratiques psychocorporelles ainsi
que du DU Hypnose et anesthésie à
la faculté de médecine Paris XI..



Dr. Dominique Leyronnas
Pédiatre néonatalogiste
et urgentiste



Dr. Frédéric Dartigues
Médecin du travail
et de Prévention



Guy COUPREMANNE
Formateur en
Kinésiologie Fractale



Danielle et Patrick de GIOVANNI
Fondateurs de DAPAT (Fond de dotation
pour les associations qui viennent au secours
des femmes en situation de précarité)



Jan VANČURA

Physiothérapeute et praticien
en Ayurveda à Prague



Frédérique SOFIA

Praticienne en Ayurveda
issue de l'enseignement de
Tapovan. Sonothérapeute



Dr. Sampada Savardekar

Sanskritiste et
danseuse indienne



Laurence BENHAMOU

Professeur de méditation
et maître Reiki Usui



19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

Vendredi 22 septembre 2023

14h-16h	<i>Pré colloque : Intervention des élèves de TAPOVAN</i>
17h – 18h15 (Hall Menuhin)	<ul style="list-style-type: none"> • Mantras par Vaidya Falguni VYAS • Mot de bienvenue par M Kiran VYAS (Directeur Fondateur des centres TAPOVAN) • Inauguration par Mme Danielle SORET (Présidente de l'association Sas'DIT : Détente Imagination et Témoignage) • Quelques mots par Mme Virginie Rivière (Maire de Thérouldeville et conseillère départementale) et Mme Pujya Priyadarshni (Ambassade l'Inde)
	<i>Pause Tchai</i>
	Conférence Dr Dominique Leyronnas : <i>Comment apprivoiser le Stress</i>
20h (Hall Menuhin)	<ul style="list-style-type: none"> • Mantras • Cérémonie de remise des certificats de Tapovan • Danses folkloriques du Rajasthan par Senu Sapera <i>suivies d'une soirée dansante</i>

Samedi 23 septembre 2023

6h15	<i>Méditation (Yourte)</i>
7h– 8h	Hatha Yoga par Hélène Chandra (salle Surya 1)
9h – 10h	Ateliers <ul style="list-style-type: none"> • <i>Jardinage et Prise de Terre, une solution idéale contre le Stress</i> par Pankaj Vyas / Jean-Jacques Malangin (Grande Serre) • <i>Comment gérer le stress</i> par Jan Vancura et Santosh Rajpoot (Hall Menuhin)
	<i>Pause Tchäi</i>
10h30 – 12h (Hall Menuhin)	<i>Prélude – Mantras</i> par Falguni Vyas Table ronde animée par Kiran Vyas <ul style="list-style-type: none"> • Santosh Rajpoot : <i>Qu'est-ce que le stress du point de vue de la médecine moderne et de l'ayurveda ?</i> • Huguette Declercq : <i>Le yoga et le stress, comment ramener le corps à un état sans stress</i> • Elodie Garamond : <i>Eviter la fatalité du stress grâce à la méditation</i>

19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

Samedi 23 septembre 2023

13h15	<i>Yoga Nidra (Yourte)</i>
14h – 14h45	Ateliers <ul style="list-style-type: none"> • <i>Voyage sonore aux bols chantants tibétains</i> par Frédérique Sofia (Salle Surya1) • <i>Stress et Yoga des Yeux</i> par Kiran Vyas / Jean-Jacques Malangin (Hall Menuhin)
15h15 – 16h30 (Hall Menuhin)	Table ronde animée par Kiran Vyas Stress, différentes pratiques <ul style="list-style-type: none"> • Dr Frédéric Dartigues : <i>To stress or not to stress ? That is the question</i> • Guy Coupremanne : <i>Kinésiologie fractale et gestion du stress (visio en différé)</i> • Danielle et Patrick de Giovianni : <i>Philanthropie et science du Bonheur. Les bienfaits de l'altruisme ...</i> • Dr Dominique Eraud : <i>le Stress ! Et si vous pensiez à l'acupuncture ? (visio en différé)</i> • Kiran Vyas : <i>La nourriture ... (pour les cinq corps)</i>
	<i>Pause tchai</i>
17h-18h	Conférence Dr U.K. Krishna : <i>Sadvritta (Good Behavior) of Ayurveda, to reduce stress and Be Happier</i> <i>(Sadvritta : les bons comportements selon l'Ayurveda, pour réduire le stress et être plus heureux)</i>
20h (Hall Menuhin)	Soirée Danses classiques de l'Inde Kathak avec <ul style="list-style-type: none"> • Sampada Savardekar • Nirzari Vyas <i>(centre de Danse Kadamb de Rupanshi Kashyap, disciple de Kumudini Lakhia)</i>

19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

Dimanche 24 septembre 2023

6h 15	Yagna , cérémonie du feu par Santosh Rajpoot et Jan Vancura
7h – 8h	Yoga par Elodie Garamond (<i>salle Surya 1</i>)
8h30 – 9h30	Ateliers <ul style="list-style-type: none"> • <i>Mantras Yoga et gestion du stress</i> par Dr Sampada Savardekar (<i>Hall Menuhin</i>) • Méditation guidée et soin énergétique par Laurence Benhamou (<i>Salle Surya 1</i>)
9h30- 10h30 (<i>Hall Menuhin</i>)	Table ronde <ul style="list-style-type: none"> • Dr Isabelle Nègre : <i>Témoignage sur le quotidien d'un médecin spécialiste de la douleur</i> • Isabelle Célestin : <i>Apprendre à nourrir son équilibre pour mieux faire face au stress</i> • Dr. Bhaswati Bhattacharya : <i>Thoughts on Stress and how it impacts our health and happiness</i> (<i>réflexions sur le stress et son impact sur notre santé et notre bonheur</i>)
10h30 – 12h (<i>Hall Menuhin</i>)	Conclusion et au revoir avec M. Kiran Vyas et les personnalités



Jean-Jacques MALANGIN
 Enseignant en Yoga des yeux,
 Yoga du souffle, Marma et
 jardinier ayurvédique émérite



Falguni VYAS
 Vaidya ayurvédique,
 enseignante en Yoga,
 Ayurvêda, Diététique
 ayurvédique



Pankaj VYAS
 Ingénieur agronome, spécialisé
 en horticulture. Grand expert
 en yoga, ayurvêda et mantras



Sandrine LEMASSON
 Responsable Tapovan Normandie
 Enseignante Ayurvêda et Maternité
 Auteure du massage du bébé



Hélène CHANDRA
 Enseignante en Yoga et
 artiste peintre



19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

Tarifs	
Colloque	<ul style="list-style-type: none">• 120 € (+ 35 € par personne accompagnante)• 15 € par conférence (10€ pour les habitants de Sassetot)
Spectacle de Danse	<ul style="list-style-type: none">• 15 € (10 € pour les habitants de Sassetot (gratuit pour les enfant de – 8 ans)
Soirée de Cérémonie des diplômes	<ul style="list-style-type: none">• 50 € (diner de fête+ remise du diplôme)
Repas (ayurvédiques et végétariens)	<ul style="list-style-type: none">• Petit déjeuner (7h15 – 8h30) : 9 €• Déjeuner : (11h45 – 13h) : 30 €• Dîner (18h – 19h) : 30 €• Dîner de fête du vendredi : 50 € (avec soirée du diplôme . + 35 € par personne accompagnante)
Hébergement sur le site de TAPOVAN	<ul style="list-style-type: none">• Chambre standard : 90 € / nuit• Chambre supérieure : 125 € / nuit
Elèves de TAPOVAN	<ul style="list-style-type: none">• Du jeudi 17h au dimanche 13h : 200 € (forfait spécial tout compris : colloque, hébergement, nourriture, soirées artistiques)
Evénement complet en ligne	<ul style="list-style-type: none">• 10 € (par Zoom) - Inscription sur le site : https://www.tapovan.com/categorie-produit/evenement

Notre accueil librairie sera ouvert pendant toute la durée ce cet évènement
vendredi : 8h30 - 18h

samedi : 8h - 13h et 13h30 - 17h 30

dimanche 8h - 14h et 14h30 – 19h

TAPOVAN NORMANDIE

65 route d'Anneville - 76540 Sassetot-le Mauconduit

Mail : tapovan@tapovan.com - www.tapovan.com

**Vendredi 22 septembre
à 20h**

Chants de Mantras

Cérémonie de remise des certificats

Danses folkloriques du Rajasthan

par

Senu Sapera

suivie d'une soirée dansante



Senu Sapera est une danseuse gitane indienne de la caste des Saperas, les charmeurs de serpents.

Célèbre en Inde et en Europe pour ses représentations de danse **kalbelia** et de folklore du Rajasthan.



Senu donne également de nombreux stages de danse en France et à l'étranger. Originaire du Rajasthan, elle danse depuis l'enfance et se produit sur scène depuis l'âge de 7 ans. Elle est aujourd'hui une danseuse internationale reconnue.

Samedi 23 septembre **à 20h** **Soirée Danse Kathak**

une des danses classiques du nord de l'Inde

Kathak vient de kathakar qui signifie raconter une histoire

Les danseuses allaient de village en village, chez les rois et les maharajahs, pour raconter les histoires dansées de la mythologie indienne et répandre la culture et la profondeur de la sagesse ancienne



avec

**Sampada
Savardekar**

Sanskrite et danseuse indienne qui s'est consacrée à la propagation de la langue sanskrite et la philosophie du yoga

et

Nirzari Vyas

Jeune artiste talentueuse du Centre de Danse Kadamb, une création de Guru Kumudini Lakhia depuis sa jeunesse. Nirzari se produit actuellement au niveau national et international au sein de la troupe de Lakhia et explore son art sous la tutelle de Rupanshi Kashyap, disciple de Kumudini. Elle présentera des chorégraphies de Kumudini Lakhia, "Samanvay" et "Barse Badariya", sous la direction de Rupanshi Kashyap.



19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

Samedi 23 septembre

Méditation à 6h15

Yoga Nidra à 13h15

accompagnées par Kiran VYAS



*dans la Yourte
(derrière l'accueil)*



19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

22 au 24 septembre 2023

Plantations d'arbres *dans les jardins de TAPOVAN*



**M Madhav
SULPHULE**
1^{er} secrétaire du
service politique de
l'Ambassade de l'Inde



**Mme Puja
PRIYADARSHNI**
2^{ème} secrétaire du département
de presse information et culture
de l'Ambassade de l'Inde

19^{ème} Colloque international de Yoga et Ayurveda

22 au 24 septembre 2023

YAGNA

Cérémonie du feu

par

Santosh Rajpoot et Jan Vancura



dimanche 24 septembre
à 6h15