



## Mot du directeur

Nous sommes très heureux de pouvoir vous offrir nos services professionnels cet automne après une période très incertaine pour la survie de notre entreprise de formation en raison de la pandémie qui se fait toujours menaçante.

Dans le but de servir une clientèle étudiante ainsi que celle sur le marché du travail, nous vous offrons quatre cours de **lecture rapide stratégique** cet automne élaborés en fonction de l'**approche globale** qui caractérise le Centre de lecture rapide CLR depuis 1969. Selon votre disponibilité, votre budget et vos capacités en lecture, vous aurez la possibilité de choisir entre le cours régulier de 30 heures et le cours avancé de 14 heures.

Dans le cadre des **activités complémentaires du CLR**, nous vous offrons deux ateliers sur la *gymnastique oculaire intégrale* présenté par le Dr Guy S. Duchemin qui a exercé la profession d'optométriste pendant 48 ans.

## Séances d'information gratuites

Si vous désirez obtenir plus de renseignements concernant nos cours de lecture rapide et nos activités complémentaires, vous êtes invité(e)s à venir assister à une des séances d'information suivantes :

- Choix : mardi, **13 septembre**, de 12 h 35 à 13 h 20  
jeudi, **15 septembre**, de 18 h à 18 h 45  
mardi, **20 septembre**, de 18 h à 18 h 45  
mercredi, **21 septembre**, de 12 h 35 à 13 h 20  
mardi, **27 septembre**, de 12 h 35 à 13 h 20
- Lieu : Collège Jean-de-Brébeuf, pavillon Lalemant, 5625 avenue Decelles, local G1.82, Montréal, H3T 1W4 (Métro Côte-des-Neiges, autobus 51, 119, 129 ou 165)

## Atelier sur la gymnastique oculaire intégrale

Cet atelier est le fruit de 40 ans d'expérience du Dr Duchemin dans le domaine de la rééducation visuelle. L'objectif de cet atelier est d'apporter **une transformation positive de la vue**. Il est composé d'exercices oculaires, de mouvements corporels spécifiques, de visualisations, d'imagerie mentale, de stimulation des méridiens d'énergie, de reprogrammation des pensées et croyances relatives à la vision.

De plus, cette méthode améliore la posture, favorise l'attention et la concentration de même qu'elle accroît l'efficacité dans les activités visuelles rapprochées telles que la lecture et l'écriture.

La pratique régulière de la gymnastique oculaire intégrale s'avère une bonne *assurance-bien-être* oculaire et un gage d'éveil de tout le corps.

*Le CLR, à votre service depuis 53 ans !*

**cldrirect.com    514-484-9962**

