

Biographie de l'auteur

Née en 1957, Josette Czarna intègre en 1977 le Centre international d'esthétique appliquée à Paris.

Elle suit un cursus des méthodes de remise en forme en thalassothérapie, de drainage lymphatique, associées à un programme d'aide aux personnes atteintes du cancer de la peau et aux méthodes psycho-corporelles s'y rapportant.

Après trois ans dans le système bancaire et la comptabilité à International Westminster Bank Place Vendôme Paris; elle suit une formation à Montpellier en techniques corporelles par le Toucher, Ecole Jean Louis Abrassart, Méthodes Gestalt, Feldenkrais, Jacobson, Shiatsu, divers massages thérapeutiques en relation d'aide, puis crée ses propres méthodes en 1997.

*Aimant le mer depuis toujours et étant en quête de vie plus calme, elle décide de vivre en Bretagne, sur la côte d'Emeraude, réputée pour ses grandes marées, son climat très capricieux et extrême, se met à la photo numérique, crée des clips sur la nature, s'intéresse à l'astronomie, aux étoiles et aux ressources marines existantes, ainsi qu'à la pollution lumineuse et artificielle, de nature à présenter des dangers ou à causer des troubles excessifs aux personnes, à la faune, à la flore et aux écosystèmes, entraînant une gaspillage énergétique et empêchant l'observation du ciel
(En savoir plus : www.anpcn.fr)*

Elle crée Art-Harmonie.

Ses buts : encourager l'initiative et la créativité de chacun, aider à développer des qualités d'innovation et de transformation en élargissant son potentiel et ses capacités intellectuelles, apprendre par la lecture, l'art, des ateliers à thèmes, des conférences, à gérer les stress de la vie contemporaine, les repérer, y apporter des solutions durables pour mieux vivre, diffuser ses connaissances par les livres, CD audio et Internet pour que chacun améliore sa vie et participe ainsi à l'évolution humaine.

Bibliographie

Elle écrit son premier livre au printemps 2008,

***Le guide du Bien-Etre
Mon corps, ce héros***

sorti le 21 mars 2009

en vente à www.fnac.com (4 à 8 jours)

*Le **CD audio** est en préparation pour la fin 2010.*

à l'écriture , en préparation :

Chemin de Vie,
*inspiré de ses rencontres au fil du temps 21 poèmes illustrés
pour 2011*

Tu verras comme une reine,
*roman
pour 2013*

Entre deux mondes,
*roman
pour 2015*

Voir le blog : art-harmonie.blogspot.com