



DIMANCHE 8 MARS 2020

Atelier de développement personnel

« Découvrir son identité, au-delà de ses limites inconscientes »

- ✓ « Qui êtes-vous, au travers de vos différents **rôles**, et au-delà de vos rôles ?
- ✓ « Qui auriez-vous voulu être et que vous n'avez - *encore* - jamais osé être ? »
- ✓ « Comment pouvez-vous vous ouvrir à autre chose plus proche de vos **inspirations profondes** pour un meilleur équilibre et plus d'épanouissement ? ».

Autant de questions que nous vous proposons d'explorer lors de cette journée pleine de **découvertes** sur vous-même, et au cours de laquelle vous apprendrez par des exercices pratiques à vous **centrer**, naturellement.

Vous pourrez explorer quelque-unes de vos **limites inconscientes** et apprendre à aller au-delà ; à oser ... , à vous ouvrir à un champ de nouvelles possibilités.

A qui s'adresse l'atelier ?

Vous éprouvez le besoin de vous « **réaligner** », de vous reconnecter à qui vous êtes réellement en apprenant aussi à mieux vous centrer ? Ou vous désirez juste prendre du temps pour vous-même, vous ressourcer dans un cadre privilégié, vous faire accompagner et soutenir par des professionnelles de l'accompagnement. Alors cet atelier est pour vous.

Les personnes exerçant dans les métiers de l'enseignement ou de l'accompagnement (thérapeutes, enseignants, éducateurs, etc.) sont les bienvenues.

Avec quoi repartirez-vous ?

Après cette journée, vous aurez commencé à développer un regard plus conscient et attentif sur la **perception de vous-même**, dans chacun de vos rôles, et au-delà de vos rôles, dans votre identité profonde et évolutive. Vous aurez aussi appris une technique de centration que vous pourrez pratiquer chez vous et qui vous apportera un **meilleur ancrage**, vers plus de confiance et de sérénité, plus d'ouverture vers « autre chose ».

NB : Les ateliers peuvent être abordés de manière indépendante les uns des autres. Toutefois, **l'atelier Confiance et Estime de soi** s'inscrit dans une parfaite complémentarité à celui-ci. Nous nous réjouissons de répondre à toutes vos questions.

Atelier

« *Identité* »

{ Les parenthèses révélatrices }
av. d'Ouchy 30
1006 Lausanne

8 mars - 9h30-16h

Animation :

Christine Dougoud
Coach et enseignante en PNL

Catherine Curty
Maître Praticienne PNL
Prof. de l'accompagnement et
du soutien aux familles du
Canton de Vaud

185 CHF la journée,
135 CHF/pers. pour les duo



inscription sous :
info@espaceconfiance.com

espace confiance
079 417 87 38

www.espaceconfiance.com

