

## Comment maîtriser vos émotion

Vivez-vous des émotions comme la colère, la peur, la tristesse, l'agressivité, la jalousie, l'insécurité, l'amertume? Venez apprendre la différence entre être sensible et être émotionnel. Découvrez d'où ces émotions viennent et pourquoi elles reviennent toujours. Apprendre un moyen efficace de se libérer de ces émotions sans blâmer soi ou les autres.

## Comment reprendre contact avec votre spiritualité

Réaliser l'importance d'«Être» qui vous êtes, «d'Agir» en conformité avec qui vous êtes et «d'avoir» ce que vous avez besoin afin de vivre heureux et en harmonie avec vous-même.

## Comment manifester ce que vous voulez

Derrière chaque situation insatisfaisante réside une ou plusieurs croyances acquises pendant l'enfance. La seule façon de changer cela est de travailler sur votre système de croyance. Apprenez à transformer vos croyances afin que vous puissiez atteindre vos objectifs. Une fois que vous découvrirez comment ces croyances ont influencé votre vie, vous aurez les outils pour les gérer.



## Selon nos participants, les bénéfices de cet atelier sont :

Accroissement de la maîtrise émotionnelle; une meilleure connaissance de vos besoins, une meilleure communication avec les autres, une plus grande confiance en soi et plus d'amour envers soi-même; un meilleur jugement permettant un choix conscient entre l'amour et la peur; une capacité de pardonner et de laisser aller le passé, un contact direct avec votre pouvoir personnel et de créativité, une plus grande vitalité physique et bien plus encore!

Prix de l'atelier: 225 \$ (+ taxes)  
Escompte pour couple et étudiants.

## Information et inscription

Ghislaine Bilodeau : 418-459-3812  
Carole Gagnon : 418-227-5780

## Reprise GRATUITE

Une fois l'atelier suivi, vous pouvez le reprendre aussi souvent que vous le désirez GRATUITEMENT et ce, n'importe où au monde!



# Être bien, ça s'apprend

Prenez l'atelier Écoute ton corps  
et améliorez votre qualité de vie



# “Écoute ton corps” est notre atelier le plus populaire et il a transformé la vie de plus de 20 000 personnes

*En février,  
une première en Beauce!*

**Samedi et dimanche  
18-19 février 2012  
9 h à 17 h 30**

**École Notre-Dame-de-la-Trinité  
3300, 10<sup>e</sup> Avenue  
Saint-Georges  
G5Y 4G2**

[www.ecoutetoncorps.com/etc](http://www.ecoutetoncorps.com/etc)



**Aimeriez-vous ...** cesser de laisser les autres vous influencer ... être libre de tous ces petits maux et douleurs ou manque d'énergie... ne pas vous sentir seul ... mettre un terme à ces problèmes qui ne cessent de revenir?

**Pouvez-vous imaginer votre vie avec...** de la confiance en soi ... la santé ... une carrière satisfaisante ... des relations harmonieuses avec ceux qui vous entourent ... l'abondance dans votre vie?

## **C'est vraiment possible !**

L'enseignement dynamique et profond de l'atelier vont hautement intéresser tous ceux qui veulent aller plus loin dans leur cheminement personnel. Cet atelier unique en son genre donne une solide fondation en développement personnel et à la transformation de soi.

Depuis presque 30 ans maintenant, notre école a montré aux participants comment apporter l'harmonie en eux et dans leur quotidien. Les résultats obtenus par plus de 20,000 personnes qui ont assisté à l'atelier sont vraiment étonnants, avec des récompenses bien plus grandes

L'atelier "Écoute ton corps" est un enseignement unique et global qui a des effets tangibles à tous les niveaux : physique, émotionnel, mental et spirituel.

### **Comment s'aimer soi-même**

À partir des accidents, la maladie, les relations difficiles, votre corps vous indique le degré et la qualité de l'amour que vous donnez à vous-même et aux autres. Venez découvrir une nouvelle façon d'exprimer et d'apprécier l'amour.

### **Comment améliorer vos relations**

Savez-vous ce qui vous empêche d'avoir de bonnes relations avec vos proches? Venez apprendre un moyen rapide et efficace pour vous accepter plus pleinement, ainsi que ceux qui vous entourent.

### **Comment surmonter la culpabilité**

Vous vous blâmez quand vous pensez que vous êtes la cause de la tristesse ou la déception de quelqu'un d'autre? Vous sentez-vous responsable du bonheur des autres? Apprenez la manière de vous libérer de ce fardeau inutile.

