

*Laissez la lumière
de votre coeur vous
guider sur votre chemin.*



ÉCOUTE TON CORPS

Être bien, ça s'apprend



Atelier ÊTRE BIEN

Cet atelier puissant est la base de l'enseignement de notre école. Plus de 25000 personnes l'ont suivi et ont bénéficié des outils appris. Il comporte deux volets : Être bien avec soi (jour 1) et Être bien avec les autres (jour 2). Vous avez l'option de suivre le 1^{er} jour ou les deux jours et son prix est de 99€/jour.

Anney : 17-18 février

Béziers : 5-6 mai

Brive-la-Gaillarde : 2-3 juin

Bordeaux : 17-18 mars

Bourbon-l'Archambault : 28-29 avril

Bourgoin-Jallieu : 3-4 mars

Brest : 5-6 mai

Caen : 17-18 février

Dijon : 7-8 avril

La Baule : 21-22 juillet

La Rochelle : 20-21 janvier

Les Sables d'Olonne : 24-25 mars

Luxembourg : 14-15 avril

Marseille : 27-28 janvier

Metz : 17-18 février

Montpellier : 28-29 juillet

Mulhouse : 23-24 juin

Nice : 24-25 février

Paris : 3-4 mars

Poitiers : 23-24 juin

Quimper : 7-8 avril

Strasbourg : 10-11 mars

Suisse – Le Locle : 17-18 mars

Toulouse : 10-11 mars

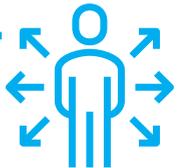
Tours : 9-10 juin

www.ateliertrebien.com

L'atelier ÊTRE BIEN répond-il à vos besoins ? Pour le découvrir, nous vous invitons à évaluer les énoncés suivants sur une échelle de 0 à 10 (0 = jamais ; 10 = toujours) :

- J'ai de la difficulté à me complimenter quand je n'ai pas agi selon mes critères de perfection. _____
- Je suis porté/e à m'occuper des besoins des autres avant les miens. _____
- J'ai de la difficulté à faire ce qui ME ferait plaisir. _____
- Je suis exigeant/e envers moi-même, je m'en demande beaucoup pour être satisfait/e. _____
- J'ai de la difficulté à dire *non* sans me sentir coupable. _____
- Je ne me sens pas aimé/e quand l'autre n'est pas d'accord avec moi ou ne répond pas à ma demande. _____
- Je suis porté/e à vouloir changer les autres afin de rétablir l'harmonie. _____
- Je critique facilement quelqu'un qui agit de façon non conforme à mes critères. _____
- J'ai de la difficulté à être bien ou heureux/se quand un être cher ne l'est pas. _____
- J'ai beaucoup d'attentes envers les autres (ex: qu'ils me remercient, qu'ils devinent ce que je veux, etc.). _____

Le total des réponses = le % du manque d'amour de soi, car les relations aux autres en sont un reflet. Nous vous suggérons vivement de demander à quelqu'un qui vous connaît bien de vérifier vos réponses, car l'ego nous joue souvent des tours et nous empêche de nous voir objectivement. ÊTRE BIEN est l'atelier par excellence pour apprendre plusieurs moyens concrets qui vous permettront de vous aimer davantage et, par conséquent, d'aimer les autres au même degré.



DEVENEZ UN PROFESSIONNEL DE LA RELATION D'AIDE METC®

Une formation en 3 phases
créée par Lise Bourbeau
et son équipe.

Vous recherchez une formation qui vous donnera les moyens de transformer profondément votre vie ou d'entreprendre une nouvelle carrière? Devenez un Professionnel de la relation d'aide METC®.

Nous vous proposons un cheminement personnel et professionnel complet (développé par Lise Bourbeau et notre équipe de formatrices) qui a comme objectif d'améliorer votre qualité de vie en guérissant les blessures de l'âme et en cheminant vers qui vous êtes véritablement. Si c'est votre but, le cheminement vous permet de devenir un professionnel en relation d'aide^{METC®} soit pour enseigner la méthode Écoute Ton Corps et/ou pour accompagner grâce à la méthode Écoute Ton Corps.

www.ecoutetoncorps.com/formation

Téléchargez le
dossier complet





Ateliers à venir

Janvier à août 2018

L'atelier **ETRE BIEN** a lieu dans presque toutes ces villes et plus. Voir verso.

Vous désirez améliorer votre vie ? Nos ateliers de développement personnel sauront répondre à votre besoin. Vous constaterez à quel point vous obtiendrez des résultats bénéfiques lorsque vous mettrez en application les outils enseignés.

ALSACE (Strasbourg)

12-13 mars : Se libérer de l'emprise de l'ego
15-16 mars : Retrouver sa liberté
17-18 mars : Devenir observateur plutôt que fusionnel
22-23 mars : Répondre à ses besoins
24-25 mars : Décodage des malaises et maladies
27-28 mars : Confiance en soi
Info/inscription: Anne-Claire Blum-Riff
06 81 03 90 29 strasbourg@ecoutetoncorps.com

AQUITAINE / MIDI-PYRÉNÉES / POITOU CHARENTES

13-14 janvier : Confiance en soi (Bordeaux)
Phase 1 mensuelle
17-18 février : Les 5 blessures de l'âme (Bordeaux)
24-25 mars : Comment apprivoiser les peurs (Bordeaux)
14-15 avril : Comment développer le senti (Toulouse)
19-20 mai : Comment gérer la colère (Bordeaux)
9-10 juin : Se libérer de la culpabilité (Toulouse)
30/06-1/07 : Comment se libérer d'un stress (Toulouse)
Info/inscription: Stéphane Pin et Marie-Christine Sirot, tél: 06 81 01 66 22; spin.organisation@gmail.com

BELGIQUE (Bruxelles)

17-18 mars : Décodage des malaises et maladies
19-20 mars : Répondre à ses besoins
22-23 mars : Confiance en soi
24-25 mars : Écoute et mange sans culpabilité
Info/inscription: Édith Noël, tél: 04 95 27 94 18
bruxelles@ecoutetoncorps.com

BOURGOGNE (Dijon)

28-29 avril : Comment gérer la colère
30/04-1/05 : Se libérer de la culpabilité
3-4 mai : Comment se libérer d'un stress
5-6 mai : Découvrez votre puissance intérieure
10-11 mai : Les pièges relationnels
12-13 mai : Vivre harmonieusement l'intimité et la sexualité
15-16 mai : Autonomie affective
Info/inscription: Jean-Marie Gerbenne, 06.30.07.47.24; Christelle Artola 06.78.28.20 14; dijon@ecoutetoncorps.com

Plusieurs rabais possibles. Informez-vous.

BRETAGNE (Angers/Rennes)

Phase 1 mensuelle
27-28 janvier : Comment apprivoiser les peurs (Angers)
24-25 février : Comment développer le senti (Rennes)
24-25 mars : Comment gérer la colère (Angers)
21-22 avril : Se libérer de la culpabilité (Rennes)
19-20 mai : Comment se libérer d'un stress (Angers)
16-17 juin : Répondre à ses besoins (Rennes)
07-08 juillet : Décodage des malaises et maladies (Angers)
Info/inscription: JAUNE TURQUOISE - Tél. : 02 99 71 49 75 - Port. : 06 88 73 82 45 contact@jauneturquoise.fr

DOM-TOM (Ile Maurice)

19 mai : conférence sur l'acceptation avec Lise Bourbeau
21 au 26 mai : atelier Douze étapes vers la lumière sur 6 matins
Info/inscription: Laurence Froelicher, Tél.: (+33) 06 13 40 36 50
lfroelicher@hotmail.com

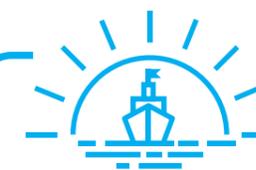
PARIS – ILE-DE-FRANCE (Paris 6e)

5-6 mars : Comment apprivoiser les peurs
8-9 mars : Comment développer le senti
10-11 mars : Les 5 blessures de l'âme
15-16 mars : Bien gérer le changement
17-18 mars : L'écoute et la communication
20-21 mars : Comment communiquer avec les différents masques 1
22-23 mars : Comment communiquer avec les différents masques 2
28 au 30 septembre : Écoute ton âme avec Lise Bourbeau
Info/inscription: Jean-Marie Gerbenne, tél: 03 80 23 84 97 – 06 30 07 47 24; paris@ecoutetoncorps.com

RHÔNE ALPES – SUISSE

14 au 20 avril : Techniques efficaces en relation d'aide (Annecy)
21-22 mai : Les 5 blessures de l'âme (Archamps)
23-24 mai : Comment apprivoiser les peurs (Archamps)
26-27 mai : Comment développer le senti (Archamps)
31 mai-1er juin : Écoute et mange sans culpabilité (Archamps)
2-3 juin : Prospérité et abondance (Archamps)
4-5 juin : Décodage des rêves et de votre habitation (Archamps)
16-17 juin : Confiance en soi (Lausanne)
18-19 juin : Décodage des malaises et maladies (Lausanne)
29/09 au 07/10: Devenir animateur/conférencier (Annecy)
Info/inscription: Gabrielle Burgnard, tél : 06 43 08 05 99 ;
archamps@ecoutetoncorps.com/www.archamps.ecoutetoncorps.fr

Description et prix des ateliers sur www.ecoutetoncorps.com/ateliers



Croisière sur le Nil

**Voyage-atelier « Renaissance » avec Lise Bourbeau
21 au 29 octobre 2018 en bateau 5* privatisé**

Venez profiter du calme et de la paix qui émane de ce fleuve ainsi que de la formidable et puissante énergie des temples égyptiens pour renaître à ce que vous voulez dans la vie. Une belle semaine remplie d'énergie et de changements qui vous attend.

www.ecoutetoncorps.com/voyage



L'été prochain

Profitez des vacances d'été pour suivre un atelier ou plus au Québec.

Une douzaine de nos ateliers auront lieu l'été prochain à St-Jérôme (dans les Laurentides au nord de Montréal). Que ce soit pour suivre seulement un atelier ou tous ceux de la première phase de notre formation, nous vous invitons à découvrir un site idyllique et favorable au développement personnel.

www.ecoutetoncorps.com/ete



Conférences

Plusieurs conférences et mini ateliers seront à l'horaire en 2018

Venez pendant quelques heures faire le point sur un thème précis et vous obtiendrez le coup de pouce dont vous avez besoin. De plus, cela vous permet de rencontrer des personnes ayant les mêmes intérêts que vous.

www.ecoutetoncorps.com/conferences

www.ecoutetoncorps.com/miniateliers

Communiquez avec les organisateurs ou avec nous au Québec pour toute question ou inscription. Nous sommes à votre écoute.

Tél: 01 76 66 07 55 ; info@ecoutetoncorps.com
1102 boul. La Salette, St-Jérôme (Québec). J5L 2J7, CANADA

Abonnez-vous à notre infolettre en visitant notre site web et profitez des promotions que nous offrons à nos abonnés.

www.ecoutetoncorps.com