

Être en Relation avec Soi et les autres

Vivez un cheminement personnel ou Professionnel
extraordinaire !

Êtes-vous décidé de créer la vie que vous voulez ? Vous avez besoin d'un encadrement et d'un soutien personnalisé ? Nous vous proposons un programme complet pour « être en relation ». Il vous permettra d'identifier clairement les obstacles qui vous empêchent d'atteindre votre but et d'acquérir les outils nécessaires à leurs transformations.

Formation RELATION D'AIDE^{METC®} en 3 phases

Divisée en trois phases distinctes, notre formation est conçue et structurée de telle sorte qu'elle permette d'instaurer une fondation solide vous permettant d'améliorer votre vie et, si c'est votre but, devenir un professionnel de la relation d'aide compétent.

Phase 1 : Être en relation avec Soi

Condition d'admissibilité : Atelier ÊTRE BIEN avec Soi et les Autres

Les neuf ateliers de cette phase vous guident vers un cheminement personnel. Vous apprendrez à reprendre la maîtrise de votre vie en identifiant les vrais besoins de votre être, en apprenant à être à l'écoute de vos corps mental, émotionnel et physique. Vous deviendrez ainsi en mesure de vous diriger vers ce que vous voulez être, faire et avoir dans votre vie.

Phase 2 : Être en relation avec l'Autre

Condition d'admissibilité : Phase 1

Cette deuxième phase vous offre une démarche soutenue qui vous aide à identifier clairement les causes de vos conflits et de vos difficultés relationnelles. Les neuf ateliers vous permettent d'acquérir les connaissances indispensables et des moyens efficaces pour établir des liens satisfaisants et durables. Cette phase a pour objectif d'acquérir une véritable autonomie affective.

Phase 3 : Être en relation d'Aide

Cette dernière phase est conçue pour se former professionnellement.

Notre structure permet aux étudiants de découvrir et d'expérimenter graduellement les différentes notions développées. Elle favorise un transfert des apprentissages dans la vie quotidienne pour en faciliter l'intégration.

Communiquez avec nous pour plus d'informations sur la
Formation Professionnelle.

Document réalisé par nos soins. JMG/MBG
Éviter de jeter sur la voie publique

De quoi s'agit-il ?

L'enseignement d'Écoute Ton Corps repose sur le fait que nos corps physique, émotionnel et mental nous envoient sans cesse des messages pour nous ramener vers l'amour véritable et le respect de soi et des autres. Il nous amène à devenir d'avantage conscient des causes de nos blocages, afin de les transformer pour retrouver la joie de vivre, la santé, l'autonomie, la prospérité et la paix intérieure.

Écoute Ton Corps nous propose des ateliers de développement personnel pour nous aider à :

- > découvrir et réaliser notre plein potentiel,
- > avoir une meilleure connaissance de nos besoins réels et essentiels afin de cheminer vers ce que nous voulons être, faire et avoir dans notre vie,
- > effectuer nous-mêmes les transformations intérieures que nous jugeons importantes et nécessaires.

Atelier ÊTRE BIEN

Divisé en 2 jours distincts, vous avez le choix de participer seulement à la journée du samedi OU aux 2 journées. Pour suivre la 2^{ème} journée, il est nécessaire d'avoir suivi la 1^{ère} journée.

99€ par jour

Acompte(s) = 15€ par jour et par personne

Aucun rabais applicable. Une fois l'atelier « être bien » suivi les 2 jours, vous pouvez le **reprendre gratuitement**, aussi souvent que vous le désirez, m'importe où au monde, là où il se donne, **selon la capacité d'accueil de la salle louée.**

AUTRES ATELIERS

325€ les 2 jours d'atelier

Acompte = 40€ par atelier et par personne

25%** de réduction pour les moins de 25 ans et les plus de 65 ans

25%** de réduction pour les étudiants (lycée, fac ou autres), les demandeurs d'emploi, et pour le conjoint(e) s'il participe avec vous.

** réduction applicable sur présentation des pièces justificatives.

Profitez de l'expérience d'Écoute Ton Corps pour
améliorer votre qualité de vie !



Renseignements et INSCRIPTIONS

Jean-Marie GERBENNE
Balcons des Crais – Imm. B 4
21380 ASNIERES les DIJON
06.30.07.47.24 -
jmgerbenne@wanadoo.fr



Ateliers à PARIS
AUTOMNE 2019
Animés par



Martine BEAULIEU
Formatrice et Consultante
diplômée de l'école ETC
Québec

du 9 au 29 novembre 2019

Lieu : Forum 104

104 rue de Vaugirard
75006 PARIS

<http://www.forum104.org/>

M° Ligne 4 - St Placide ou Montparnasse - Duroc
Bus 89, 94, 95 arrêt Littré

Visitez le site : www.ecoutetoncorps.com

ÉTRE BIEN avec SOI

9 novembre 2019 - 9h à 17h30 - Tarif 99 €

Venez découvrir ce qui vous empêche d'être bien. Vous expérimenterez plusieurs moyens concrets pour vous libérer, étape par étape, d'un problème personnel.

Vous apprendrez notamment à :

- découvrir ce qu'est l'amour inconditionnel de soi
- identifier la peur et la croyance qui bloquent la réalisation de votre désir
- déterminer ce qui vous empêche d'être ce que vous souhaitez.

Osez faire le premier pas et venez apprendre une méthode applicable à tout autre problème

Divisé en 2 jours distincts, vous avez le choix de participer à la 1^{ère} journée OU aux 2 journées.

ÉTRE BIEN avec les AUTRES

10 novembre 2019 - 9h à 17h30 - Tarif 99 €

Venez découvrir pourquoi vos relations et les situations que vous vivez ne sont pas toujours comme vous le souhaitez. Vous expérimenterez plusieurs moyens concrets pour vous libérer, étape par étape, d'un problème relationnel.

Vous apprendrez notamment :

- Pourquoi les mêmes situations conflictuelles se répètent sans cesse
- À identifier la source des émotions qui nuisent à vos relations et comment les gérer
- Deux méthodes éprouvées pour améliorer vos relations.

Utilisez les relations difficiles comme tremplin vers un mieux-être intérieur !

Depuis 37 ans, des milliers de personnes ont décidé de transformer leur vie avec nos outils. Et si dès aujourd'hui vous vous permettiez d'être bien vous aussi ?

Les 5 BLESSURES de l'ÂME

11/12 novembre 2019 - 9h à 17h30 (Tarif 325€)

Désirez-vous vous connaître davantage et découvrir pourquoi certaines relations sont plus faciles que d'autres ?

Cet atelier vous dévoilera les blessures, pour la plupart inconscientes, qui vous habitent depuis votre enfance. Lorsque ces blessures sont activées, vous vous protégez en créant des masques pour ne pas les sentir. Ces masques entraînent des comportements et attitudes qui vous empêchent d'être vous-même et affectent vos relations.

Comment apprivoiser les PEURS

14/15 novembre 2019 - 9h à 17h30 (Tarif 325€)

Avez-vous des difficultés à atteindre vos buts ? Avez-vous l'impression de ne plus avancer dans la vie ? Vos peurs vous paralysent-elles ? Si vous répondez oui à une de ces questions, cet atelier vous aidera à créer votre vie en retrouvant votre pouvoir personnel et votre joie de vivre. Vous aurez enfin les moyens pour arriver à dépasser vos peurs.

Comment développer le SENTI

16/17 novembre 2019 - 9h à 17h30 (Tarif 325€)

Pensez-vous souvent à vous poser la question "Comment je me sens ?" Pensez-vous facilement à poser cette même question aux autres ? S'il vous est difficile d'entrer en contact avec ce que vous vivez à l'intérieur et à le traduire avec des mots, cet atelier, à l'aide de nombreux exercices pratiques, vous aidera à reprendre contact avec votre "senti" et à le formuler clairement et précisément.

Comment gérer la COLÈRE

21/22 novembre 2018 de 9h à 17h30 (Tarif 325€)

La colère est une des plus grandes causes de perte d'énergie chez l'humain. Cet atelier vous aidera à découvrir pourquoi vous vous mettez en colère contre vous-même, contre les autres, ou même contre des situations et événements. Vous apprendrez comment conserver votre énergie pour créer ce que vous voulez dans la vie, plutôt que de la gaspiller en vivant des colères inutiles. De plus, vous apprendrez que certaines colères peuvent être bénéfiques et vous donner de l'énergie pour passer à l'action.

L'ÉCOUTE et la COMMUNICATION

23/24 novembre 2019 - 9h à 17h30 (Tarif 325 €)

Avez-vous l'impression de ne pas être compris ou entendu ? Savez-vous être véritablement à l'écoute de vos proches ? De vous-même ? En compagnie de votre conjoint, vos enfants, ou durant vos activités professionnelles, une bonne écoute génère une meilleure communication donc une meilleure qualité de vie. L'écoute véritable permet d'entretenir de meilleures relations avec les autres et d'établir un contact plus étroit et profond avec soi-même.

Comment COMMUNIQUER avec les DIFFERENTS Masques 1^{ère} et 2^{ème} partie

26/27 novembre 2019 - 9h à 17h30 (Tarif 325 €)

28/29 novembre 2019 - 9h à 17h30 (Tarif 325 €)

Prérequis pour faire ces 2 ateliers : avoir participé à l'atelier « Les 5 Blessures de l'Âme ».

Nos masques faussent notre perception de la réalité et déclenchent une attitude défensive inconsciente qui coupe la communication. Ces réactions inadéquates et souvent inconscientes nous maintiennent ainsi dans la souffrance de ses blessures et perpétuent le cercle vicieux insatisfaisant vécu dans l'enfance. Cet atelier vous permettra d'apprendre à établir une communication véritable avec les différents types de masques en reconnaissant les limites qui vous habitent et en respectant celles des autres.

COMMENT S'INSCRIRE ?

Par ce lien www.ecoutetoncorps.com/inscription
En versant un acompte ou toute la somme de ou des ateliers.

COMMENT SE DÉSINSCRIRE ?

Politique d'annulation d'ETC Québec :

Une annulation pour un atelier requiert un préavis d'1 mois pour remboursement dépôt d'atelier. **Aucun transfert** ou **remboursement** d'acompte ne sera effectué si les délais précités ne sont pas respectés, sauf dérogation médicale.

Renseignement et Inscriptions

Jean-Marie GERBENNE

06.30.07.47.24 - jmgerbenne@wanadoo.fr

Adresse postale mentionnée au recto (à Asnières les Dijon)