



S'OUVRIR A SOI

STAGE DU 6 AU 10 NOVEMBRE 2020 dans l'Yonne

Besoin de vous ancrer dans votre vie, d'aimer votre vie, de vous détendre, de cultiver la bienveillance vis à vis de vous, de lâcher votre mental, de lever des obstacles récurrents, de développer votre intuition alors ce stage est pour vous.....

Le descriptif :

Au cours de ces quatre jours je vous propose un cheminement progressif vers vous-même, vers l'autre, vers la vie. C'est à dire, je vous propose de vous guider vers une plus grande écoute en conscience : quelle partie de moi j'écoute? Mon émotion, mon mental, mon intuition...Comment j'écoute et qu'est-ce que j'en fais? Suis-je aligné(e), en accord avec moi ? En conflit? Comment j'accueille les parties douloureuses de moi-même qui créent limitations, obstacles à mes envies ? Comment je détecte les signes de mon corps?

Ce processus de travail sur soi s'articulera autour de moments d'échanges, de méditation, de relaxation, de voyages chamaniques, d'exercices corporels, d'exercices de créativité (écriture, dessin...), d'EFT, des temps de silence d'intégration : balade dans la nature...Ce programme sera adapté selon le groupe et sa demande.

Le lieu :

LE MOULIN DU FOUR
3 rue du Moulin
89330 VERLIN
<http://lemoulindufour.free.fr>

Les dates :

du vendredi 6 novembre à 18h au mardi 10 à 18h

Le coût :

- stage : 350 €
- hébergement en pension complète : 370 €
(peut varier selon le nombre de stagiaires)

L'inscription : Pour des renseignements complémentaires, n'hésitez pas à me contacter.

Mes coordonnées: tél : 06 70 30 33 00,

mail : anne.chartin@club-internet.fr,

site : www.annechartin.com

Fb : [facebook.com/annechartineft](https://www.facebook.com/annechartineft)

Le nombre de places est limité à 12 personnes.

Pour vous inscrire, soit sur mon site, vous trouverez le bulletin d'inscription, soit sur papier libre : Prénom et nom, adresse postale et mail, âge, restrictions alimentaires et un chèque d'arrhes de 200 € pour que la réservation soit confirmée, à m'adresser : Anne Chartin, Réflexologue, 68 ave Maunoury 41000 BLOIS.

Les arrhes seront rendus dans l'intégralité jusqu'à un mois avant le début du stage, après cette date ils ne seront pas restitués, sauf si vous trouvez une personne pour vous remplacer.

L'animatrice : Anne CHARTIN accompagnatrice psycho-corporelle

Réflexologue, titre RNCP , praticienne en énergétique chinoise

Praticienne EFT /TLE(Emotional Freedom Techniques /Technique de Libération Emotionnelle)

Praticienne en soins chamaniques.

Professeur de Yoga, formée par le centre TAPOVAN de Paris.

Diplômée de l'Institut Gregory Bateson de Liège, sur la thérapie brève selon le modèle de Palo Alto.

Formée à différentes techniques de relaxation.

Formée à la Métamédecine par Claudia Rainville : développement personnel, décodage biologique des maladies.

J'exerce dans mon cabinet à BLOIS (41), je consulte également par skype.

Je suis formatrice en entreprises notamment pour le CNFPT sur la gestion du stress et des émotions.

