

Samedi 9 décembre 2023 – 10h / 17h
28 rue Louis DAQUIN à BOURGES

6 H CHRONO
10 H – 17 H



Apprendre à gérer son hypersensibilité
Avec sagesse



« 6H CHRONO sur Soi » - Inscription au plus tard le 1er Décembre 2023

Durant ces 6 heures, Marie-France Cornavin, professeur de yoga et méditation et Martine MENNETEAU-DEDUIT, psychopraticienne analytique, intervenantes en formation vous accompagneront dans le renforcement bienveillant de votre hypersensibilité.

PRÉSENTATION DU STAGE

Ce stage vous surprendra par sa fluidité et vous apportera des outils indispensables à votre épanouissement personnel et à l'accompagnement d'une personne quelle que soit sa problématique relationnelle. Il s'agit d'un enseignement basé sur une méthode de pédagogie dynamique et interactive à la fois individuelle et collective réunissant : théorie, pratique et temps de relaxation-méditation créative, thérapeutique et analytique. Vous travaillerez dans la bienveillance, l'humour et le partage.

PUBLIC

Vous êtes particulier, professionnel de la communication, du management ? Vous souhaitez en savoir plus sur vous ou mieux comprendre les personnes de votre entourage ? Vous êtes thérapeute et vous voulez développer des compétences émotionnelles indispensables à une prise en charge psychologique efficace, optimiste et bienveillante de vos patients ? Vous voulez renforcer votre empathie, votre écoute active, votre intuition ? Cette formation est faite pour vous !

PROGRAMME DU STAGE

Formation de 6 heures sur la gestion de l'hypersensibilité, comprenant des exercices pratiques pour aider les participants à mieux comprendre et à gérer leur hypersensibilité.

LE CONTENU DE LA FORMATION

1. Qu'est-ce que l'hypersensibilité ?
2. Quels sont les différents types d'hypersensibilité (émotionnelle, sensorielle, etc.).
3. Les signes et symptômes de l'hypersensibilité.
4. Les causes potentielles de l'hypersensibilité.
5. L'impact de l'hypersensibilité sur la vie quotidienne.
6. Comprendre l'impact des stimuli sensoriels sur l'hypersensibilité
7. Apprendre à gérer les stimuli sensoriels de manière efficace pour une vie plus harmonieuse

LES ACTIVITES

- Vous ferez votre questionnaire d'Auto-évaluation de votre hypersensibilité.
- Vous ferez l'expérience du rêve éveillé libre et découvrirez les symboles thérapeutiques et transformateurs de votre inconscient.
- Vous suivrez une guidance métaphorique apaisante et réparatrice en lien avec l'hypersensibilité.
- Vous partagerez une hypnoRésonance collective en repérant le poids des mots sur les émotions grâce à la langue des oiseaux thérapeutique – LDOT -
- Vous apprendrez à utiliser la version optimiste des mots et des émotions pour améliorer une situation proposée collectivement et procéderez à l'analyse thérapeutique des ressentis individuels et collectifs des participants.

A l'issue de ces 6h CHRONO à la gestion de votre hypersensibilité avec sagesse vous serez prêt(e) à poursuivre votre chemin de vie avec optimisme et détermination.

PUBLIC CONCERNE : Tous publics : entreprises, associations, particuliers, professionnels de l'accompagnement, etc.

PRE-REQUIS : aucun

LIEU DU STAGE : BOURGES – 28 rue Louis DAQUIN

DUREE DU STAGE : 6 H : Horaires : 10h - 12h30 / 13h30 – 17h

TARIFS (selon adhésion à l'association « Vivre en Douceur – 25€ - saison 2023-2024 – tarif privilégié sur présentation de la carte d'adhérent)

Adhérent VED : 75€

Non adhérent : 120€

Ce tarif comprend

- 6H de formation
- Les pauses café / thé gourmands

Ce tarif ne comprend pas le déjeuner proposé, collectif. Chaque participant peut apporter son panier-repas – Frigo et micro-onde à disposition.

Sur inscription uniquement ! Les places étant limitées à 10 personnes votre réponse est attendue au plus tard le 1er décembre 2023.

+ d'infos : vivreendouceur@gmail.com

Tel : 06 83 28 98 36

Association Vivre En Douceur – VED – 28 rue Louis DAQUIN – BOURGES 18000 W181003009
--

Contrat de Formation

Samedi 9 décembre 2023 – 10h / 17h

28 rue Louis DAQUIN à BOURGES - 18000

**6 H CHRONO
10 H – 17 H**



**Apprendre à gérer son
hypersensibilité**



**Contrat de formation à retourner complété, signé et accompagné de votre règlement
Au plus tard le 1 er Décembre 2023**

Entre les soussignés,

L'association Vivre En Douceur – VED - 28 rue Louis DAQUIN à BOURGES 18000

Et le co-contractant (*entreprise, association, particulier, etc*)

Nom et prénom

Tél mobile..... E-Mail.....

Adresse.....

Profession.....

Tarif :

Tarif privilégié pour les adhérents à l'association « Vivre En Douceur » - Adhésion : 25€ saison 2023 / 2024

Cocher la case correspondante

- Adhérent VED : 75 € (*sur présentation de la carte de membre adhérent*)
- Non adhérent : 120 €

Le tarif comprend :

- Durée de la formation : 6H – Horaires : 10h -12h30 / 13h30 – 17h
- Les pauses café / thé gourmands

Ce tarif ne comprend pas le déjeuner, proposé collectif. Chaque participant peut apporter son panier-repas – Frigo et micro-onde à disposition.

Conditions d'inscription

Seul le versement du montant total de la formation valide l'inscription.

Moyen de paiement : *merci de cocher la case correspondante à votre choix.*

Je suis adhérent(e) à l'association Vivre En Douceur je règle la somme de 75 €

- Par chèque bancaire à l'ordre de « Vivre en douceur » - 28 rue Louis DAQUIN à BOURGES
- En espèces
- Par virement bancaire sur le compte :
Assoc.Vivre en Douceur
FR76 1480 6180 0070 0888 4188 775
BIC : AGRIFRPP848

Je ne suis pas adhérent(e) à l'association Vivre En Douceur je règle la somme de 120€,

- Par chèque bancaire à l'ordre de « Vivre en douceur » - 28 rue Louis DAQUIN à BOURGES
- En espèces
- Par virement bancaire sur le compte :
Assoc.Vivre en Douceur
FR76 1480 6180 0070 0888 4188 775
BIC : AGRIFRPP848

En fin de formation me seront remis un certificat de formation et une facture acquittée en totalité à mon nom.

Le montant total versé sera intégralement remboursé en cas d'annulation de la formation par l'association Vivre En Douceur pour défaut de participants (minimum 6) ou autre raison exceptionnelle.

En cas de désistement du participant sans justificatif médical et au plus tard le 1^{er} décembre 2023, le contrat sera résilié et le montant total conservé par l'association.

Fait à Le

Mention « *lu et approuvé* »

Signature

Contact : email : vivreendouceur@gmail.com

Tél. mobile : 06 83 28 98 36

Association Vivre En Douceur – Loi 1901- W181003009

Adresse : 28 rue Louis DAQUIN – 18000 - BOURGES