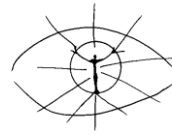




MODULE IMAGE DE SOI



Pour les personnes souffrant de timidité, d'inhibition dans les relations, manque de confiance...

Etre bien dans son corps, pouvoir accueillir ses émotions, être en cohérence avec Soi :

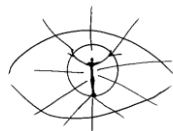
LA FORMULE-ANTIDOTE DU STRESS !

Ateliers permettant de renforcer l'axe physique (ancrage et verticalité) et psychique (gestion des émotions, choix et intention) dans la bienveillance à soi.

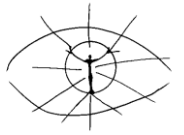
Relaxation dynamique. Exercices corporels et d'expression.

Vers une Présence à Soi agréable, de qualité pour une Présence sereine à l'Autre et au monde

Accompagnement individuel ou de groupe.



MODULE IMAGE DE SOI



Pour les personnes souffrant de timidité, d'inhibition dans les relations, manque de confiance...

Etre bien dans son corps, pouvoir accueillir ses émotions, être en cohérence avec Soi :

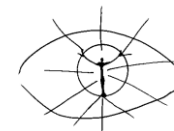
LA FORMULE-ANTIDOTE DU STRESS !

Ateliers permettant de renforcer l'axe physique (ancrage et verticalité) et psychique (gestion des émotions, choix et intention) dans la bienveillance à soi.

Relaxation dynamique. Exercices corporels et d'expression.

Vers une Présence à Soi agréable, de qualité pour une Présence sereine à l'Autre et au monde

Accompagnement individuel ou de groupe.



De terre inconnue en terrain connu.



Association Nouveau Regard
Nathalie LE BRUN Bailly
Ergothérapeute DE. Sophrologue FEPS.
Sculpteur
06.23.10.05.85
www.atelierssophrologie.fr

De terre inconnue en terrain connu.



Association Nouveau Regard
Nathalie LE BRUN Bailly
Ergothérapeute DE. Sophrologue FEPS.
Sculpteur
06.23.10.05.85
www.atelierssophrologie.fr