



## **Nid d'Apprentissage à l'Art de mieux Être**

Ce nouveau concept d'accompagnement de l'Être Humain est à considérer comme semence des bienfaits de la conscience éveillée.

C'est un laboratoire d'éclairage intérieur et de mise en mouvement de la souplesse existentielle offrant les richesses de l'individualité et de l'expression de Soi.  
Ainsi l'Être Humain est acteur de son équilibre de vie.

La spécificité de ce nouveau processus réside dans la combinaison de :

- l'exploration de la sensorialité
- l'expérimentation de l'intentionnalité
- l'apprentissage de la souplesse existentielle
- la mise en œuvre de l'élan vital créateur

Il propose un accompagnement individuel ou en petit groupe thématique et se décline en :

- séances d'entraînement à la souplesse existentielle : corps-esprit-imaginaire
  - ateliers de mise en mouvement et de mise en œuvre
- séjours vivantiels personnalisés, ou en petits groupes thématiques pour une parenthèse, un tremplin, un ressourcement
  - expositions interactives

Le concept Nid d'AmE convient à toute personne souhaitant améliorer la connaissance de Soi, traversant un changement de vie ou aspirant au ressourcement et à l'épanouissement, soucieuse de se nourrir de son élan vital créateur dans la vie quotidienne, la sphère professionnelle, le monde relationnel.

**Déclencheur ou stimulateur, il offre l'*Autrement*.**

Nathalie Le Brun Bailly  
Ergothérapeute - Sophrologue - Sculpteur - Danseuse - Fondatrice du concept Nid d'AmE.  
La Rivière, 81190 Mirandol-Bourgnounac  
06.23.10.05.85.  
[nathalie.lebrunbailly@yahoo.fr](mailto:nathalie.lebrunbailly@yahoo.fr)  
[atelierssophrologie.fr](http://atelierssophrologie.fr)