

STAGE DESSINE MOI UN POSSIBLE

OBJECTIFS :

- Avoir des connaissances et outils pour contacter l'information cachée en soi
- Poser un regard différent sur soi et une situation donnée
- Découvrir des outils et pratiques énergétiques et corporelles de transformation intérieure

PROGRAMME JOURNEE :

Café d'accueil – connaissance des participants

Mise en situation :

- Ouvrir l'espace mentale
- Faire parler l'inconscient par le dessin
- Temps d'observation personnel et partagé

Introduction au langage symbolique du corps

Analyse personnelle de son expression et définition de la situation à travailler

Pause déjeuner 12h30 – 14h00

Pratique énergétique de travail sur soi : Aspect transformation

- Lancer la transformation mentale et énergétique (visualisation énergétique)
- Activer la transformation dans le corps / cerveau (acter la réparation)
- Mobiliser et faire circuler la situation à traiter dans le corps (lancer le mouvement)

Temps d'échange : conscientiser – poser – intégrer

Pratique énergétique de travail sur soi : Aspect création

- Déchiffrer le langage du corps dans sa nouvelle direction
- Mouvement créateur de la nouvelle direction intérieure

Temps d'échange : conscientiser – poser- intégrer

Conseils et suivi de pratique

LIEU : MIRANDE

TEMPS : 10h – 17h – repas partagé

PREREQUIS : aucun

TARIF : 30 €
