

Stage de Développement Personnel

« LÂCHER PRISE sur ses peurs *et (re) vivre* »

L'Arche de Fontbelle
Chemin de Fontbelle
16000 Angoulême



OBJECTIFS :

- Appréhender et comprendre nos peurs
- Accepter de ne pas tout contrôler pour éviter de s'épuiser
- Transformer la perception des événements
- Prendre du recul et gagner en sérénité
- Apprendre à relativiser
- Reprendre contact avec ses valeurs pour un mieux être

Prix du stage : 220 € soit 14h de formation

(Possibilité de régler en plusieurs fois)

(Groupe de 10 personnes maximum)

Inscriptions sur mon site : <https://developpez-vous.com>

Marie-Laure FERRARI - Thérapeute en Relation d'Aide
Formatrice en Développement Personnel et Bien-Etre en entreprise
Intervenante en régulation d'équipe
91 rue de Paris 16000 Angoulême
Tel : 06.83.01.30.05