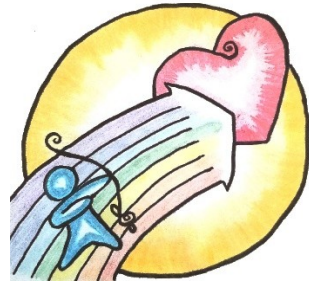


Marie Renazé & Lucile Bourdin vous proposent



L'Approche ARC

Devenez

Authentique, Responsable et Créateur de votre vie

Formation "Mon Besoin ARC-en-Ciel" en prévention du burnout

45h de formation - 600€

Stage 1: 26 et 27 septembre ou 3 et 4 octobre 2020

Stage 2: 24 et 25 octobre 2020

Stage 3: 28 et 29 novembre 2020

Au centre La Chrysalide

Domaine du Pré, 4 Bellevue 85 220 La Chapelle Hermier

* Possibilité de loger sur place dans un chalet partagé

02 51 08 07 00

Formation "Mon Besoin ARC-en-Ciel"

Chaque couleur est reliée à un besoin fondamental de l'Être humain. **En suivant la symbolique des couleurs** de l'Arc-en-Ciel (une demi-journée par couleur), nous vous accompagnons vers la concrétisation de l'un de vos buts. En vivant des **exercices et ateliers variés**, vous traversez pas à pas vos besoins et blocages en lien avec votre but.

Cette formation vous permet d'acquérir des **repères et compétences clés pour vous connaître et mieux communiquer avec votre entourage**, dans votre vie personnelle et/ou professionnelle.

A l'issue des trois week-ends, nous vous remettons **un livret vous permettant de reproduire indéfiniment les exercices** pour répondre à vos autres buts, en toute autonomie.

* Groupe de 4 à 12 personnes.

Stage 1

Écarlate : définir mon besoin à concrétiser.

Rouge : dépasser mes peurs empêchant la réalisation de mon besoin.

Orange : accueillir et faire face à ma colère entravant mon besoin.

Jaune : transformer les croyances me limitant et pactiser avec l'égo.

Stage 2 (prérequis stage 1)

Citron : découvrir mes saboteurs bloquant mon besoin et agir.

Vert : explorer mes ressources en lien avec mon besoin.

Turquoise : formuler mes demandes et mes limites liées à mon besoin.

Cyan : exprimer mon besoin en toute créativité.

Stage 3 (prérequis stage 1 & 2)

Indigo : connecter mon intuition pour répondre à mon besoin.

Bleu : vivre mes principes féminin/masculin pour nourrir mon besoin.

Violet : définir ce qui fait sens pour moi dans la Vie.

Magenta : établir la cohérence entre mon besoin et le sens de ma vie.

Par Lucile Bourdin, psychologue clinicienne et d'entreprise agréée.

Et Marie Renazé, psychopraticienne en relation d'aide certifiée.