



ATELIER 2 jours pour « Se rendre la vie belle »

Deux journées pour goûter à l'empathie pour vous-même et pour autrui, ça vous dit ? Ensemble, traçons un chemin pour vous mener vers votre authenticité. Grâce à elle, vous pourrez ensuite accueillir l'autre et établir des relations authentiques, responsables et apaisées.

*«Soyez le changement
que vous voulez voir dans le monde.»
Ghandi*

Mes approches : CNV, Maïeusthésie, médiation humaniste, collages et autolouange.

Déroulement d'une journée

- * Matinée centrée sur l'empathie pour soi et pour autrui
- * Déjeuner partagé
- * Après-midi créatif avec collage et autolouange

2 journées espacées d'un temps d'intégration

**Dimanche 27 septembre
&
Dimanche 25 octobre**
De 10h00 à 17h

Tarif: 90€ / jour
Lieu : Jouars Pontchartrain (78)

Inscriptions & renseignements: **Anne Gérard**
anne@humusroyal.fr / 06 28 25 16 74
www.humusroyal.fr