

## Cheminement vers soi - Se retrouver - Programme TOM POUCE

Ateliers	Thèmes de l'atelier	Répond à la question :	Choix de la pratique	Durée :	Jour	Tarif	Repas inclus	Dates Sous réserve	Menu
1 Atelier 1, Ennéagramme	Découverte de soi, de ses comportements Vers la tolérance	<b>Qui suis-je ? Être qui je suis</b> avec mes blessures, mes failles, ma vulnérabilité et mes forces	<i>Ennéagramme et Baro</i> "Je prends la responsabilité d'accepter ma propre individualité"	10h / 17h	1	110 €	1	19/03/2023	Blanquette de la mer + riz ou Sauté de dinde, purée, haricots du potager, Dessert : Flan pâtissier ou Clafoutis à la rhubarbe
2 Atelier 2, Blessures et enfant intérieur	Prendre soin de nos blessures et de notre enfant intérieur, S'émerveiller	<b>Pourquoi ? C'est quoi qui fait mal ?</b>	<i>méthode TAT / EFT, Barbotine, CPE</i>	14h / 17h		50 €	0	16/04/2023	
3 Atelier 3, Tableau de visualisation	Se fixer des objectifs Abondance et Peur de Manquer	<b>Où vais-je ? Vers quoi je veux aller ? Mes vraies en-vies</b>	<i>Tableau de visualisation + pot en verre</i> Le prix sera fixé en fonction du matériel fourni.	10h / 17h	1	150 €	1	21/05/2023	A déterminer
4 Atelier 4, Pleine conscience (Présent, Passé, Futur)	Le temps <u>présent</u> : pleine conscience <u>Passé</u> / <u>Futur</u> = PEUR	<b>Où suis-je ?</b>	<i>Mouvements simples de Brain Gym</i>	14h / 17h		40 €	0	11/06/2023	
5 Atelier 5, Mécanismes automatiques. Qui dirige ?	Reprendre votre pouvoir, se libérer de nos <b>mécanismes automatiques</b> , de nos <b>émotions</b> qui, sinon, nous dirige	<b>Qui gouverne Qui est maître à bord de mon propre navire ?</b>	<i>Demandes à l'univers. Point Zéro Pensées créatrices</i>	14h / 17h		50 €	0	02/07/2023	
6 Atelier 6, champ d'argile	Trouver sa place, Retrouver ses repères, son équilibre, une direction, une orientation	<b>Quelle place pour moi ?</b>	<i>Champ d'argile - 30' chacun</i>	10h / 17h	1	110 €	1	09/07/2023	A déterminer
7 Atelier 7, le pardon	Le pardon	<b>Comment ?</b>	<i>Loyauté, Vœux, Arbre générationnel</i>	10h / 17h	1	90 €	1	06/08/2023	A déterminer
8 Atelier 8, se relier à notre cœur, TOUT	Se relier à notre cœur Séparation et le grand TOUT (identifier tes peurs)	<b>Où c'est ?</b>	<i>Protocoles de Santé par le Toucher</i>	14h / 17h		40 €	0	27/08/2023	
9 Atelier 9, EGO	Victime, Bourreau, S'affranchir du regard des autres	<b>Quel rôle ?</b>	<i>Victime des autres, Bourreau de soi-même. Guy CORNEAU</i>	14h / 17h		50 €	0	17/09/2023	
10 Atelier 10, Amour inconditionnel	Amour inconditionnel Choix de Deux portes : Amour et Peur	<b>Qu'est-ce que je choisis ?</b>	<i>Rayonner Arc-en-Ciel</i>	14h / 17h		50 €	0	15/10/2023	

**740 €**