

Ateliers de groupe de PNL et d'Auto-hypnose :

“ Vers de nouveaux Possibles ! “

L'Auto-hypnose et la PNL peuvent vous apporter beaucoup !

Vous souhaitez apprendre et pratiquer une activité qui vous fasse du bien? Qui vous permette de vous détendre, De dépasser vos difficultés, vos soucis éventuels et de développer votre potentiel et votre communication ?

Dans cet objectif, je vous propose des ateliers conviviaux et ludiques pour y parvenir !

Ces ateliers sont faits pour vous si vous cherchez ?

- ❖ des ressources puissantes pour votre bien-être
- ❖ à améliorer votre relation à vous même et aux autres
- ❖ de l'autonomie dans la gestion émotionnelle
- ❖ plus de confiance et de responsabilité dans votre vie

A quoi s'attendre ?

- ❖ Groupe de 15 personnes
- ❖ Support pédagogique fournis (audio d'hypnose MP3 , documents) ...
- ❖ Ecoute active et bienveillante
- ❖ Exercices pratiques en groupe complet et en binome
- ❖ Aucun prérequis nécessaire

Ateliers de 2h à la Villa Pagnon le vendredi toutes les 2 semaines de 14h30 a 16h30

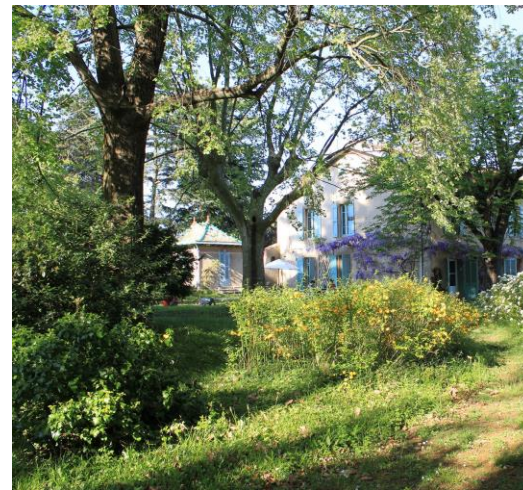


Les différents thèmes

- **Bien-Être** : apaiser son corps, savoir se relaxer, améliorer sa santé, se libérer de ses peurs, angoisses, phobies, (re)trouver confiance en soi, gagner en paix intérieure, retrouver sa sérénité, savoir rester zen en toutes circonstances.
- **Communication** : apprendre à mieux communiquer avec les autres, apprendre la communication intérieure, être en accord avec soi grâce à la négociation intérieure.
- **Autonomie** : apprendre à se connaître, mettre du sens dans sa vie, changer sa vision des choses, s'épanouir, stimuler sa personnalité, valoriser son existence, découvrir ses valeurs, améliorer sa mémoire, se suffire à soi-même, apprendre à se fixer des objectifs et à s'y tenir.
- **Evolution** : (re)trouver sa joie de vivre, se connecter à ses ressources, développer une pensée positive, accepter les situations ***et créer de nouveaux possibles !***

Les cours ont lieu dans la salle de la Villa Pagnon

8 rue de Bellevue (quartier des Ors) 26100 Romans sur Isère



Vers de Nouveaux Possibles !

TARIFS :

Carte annuelle : 130 euros pour 16 ateliers

Carte 8 ateliers : 85 euros

Atelier individuel : 15 euros

Ateliers découverte du 25/11 et du 09/12 gratuits

INSCRIPTIONS :

auprès de **Philippe Hoërner** au **07 67 06 78 00**

Maître Praticien en PNL et
en Hypnose Thérapeutique
à la Villa Pagnon



DATES :

VENDREDI de 14H30 à 16H30	
Novembre 2022	25/11/2022
Décembre 2022	09/12/2022
Janvier 2023	13/01/2023 + 27/01/2023
Février 2023	10/02/2023 + 24/02/2023
Mars 2023	03/03/2023 + 17/03/2023
Avril 2023	14/04/2023 + 28/04/2023
Mai 2023	05/05/2023 + 19/05/2023
Juin 2023	02/06/2023 + 16/06/2023 + 30/06/2023
Août 2023	04/08/2023 + 18/08/2023