



Le Sentier

Psychothérapie – Coaching – Individuel – Groupes – Stages

Le corps, un allié parlant, mais l'écoutez-vous? (ATJ1)

Atelier de développement personnel pour adultes

Objectifs : Améliorer ses perceptions corporelles, prendre conscience de ses zones de tensions, apprendre à se relaxer.

Date et lieu de l'Atelier

Date en journée: 19 juin 2010 de 9h30 à 17h00

Dates en soirée: 1-13-22 mars 2010 de 18h30 à 20h30

Lieu: Centre Libellulle à Court Saint-Etienne

Public visé

Adultes ayant trop le « nez dans le guidon », vivant des tensions corporelles, une fatigue importante, des insomnies, en manque d'activité physique, trop sédentaire, désirant apprendre à se relaxer, à reprendre contact avec leurs sensations ...

Nombre de participants : min 8, max 12

Démarche de l'atelier

Atelier basé essentiellement sur la prise de conscience du senti, des perceptions corporelles à partir d'exercices de relaxation au sol ou en piscine chauffée et techniques de do-in.

Animateurs

Roland Somville (Le Sentier): psychothérapeute - somatothérapeute, consultant en entreprise.

Michèle Jacqmot (Centre Libellulle): psychothérapeute, analyste transactionnelle, hydrobiophiliste spécialiste en techniques psycho-corporelles aquatiques.

Inscriptions

Tarif : 125€ (TVA comprise) par atelier

Limite d'inscription: 5 jours avant l'atelier. En cas d'annulation par le participant min 5 jours avant l'atelier, l'intégralité des avances sont remboursées. Après cette date, les sommes sont dues.

En cas d'annulation des organisateurs par manque de participants, l'intégralité des sommes versées sera remboursée.

Autres commentaires

Tenue décontractée, maillot et serviettes de bain.

Prévoir un lunch pour la journée du 19 juin 2010

Personnes de contact

Roland Somville : rolandsomville@lesentier.be – mobile : 0496/552.422 - Wavre

Michèle Jacqmot : mjacqmot@skynet.be – tél : 010/681.360 – Cout-St-Etienne

Formulaire d'inscription :

Nom & Prénom :

Adresse :

Téléphone : Facture : 0 oui - 0 non (cocher la case adéquate)

TVA :

Verse la somme de : Au compte : 068-2450078-79 de Somville-Nyssen sprl

Avec la mention : (supprimez la mention inutile)

« inscription à l'Atelier ATJ1 2010 » pour la journée du 19 juin 2010

« inscription à l'Atelier ATS1 2010 » pour l'atelier en 3 soirées ;

Signature:

A renvoyer à : Roland Somville, 12 venelle de Terlongval à 1300 Wavre,
par fax au 010/600.774 ou par mail : rolandsomville@lesentier.be