

(Re) Devenir soi



Votre corps sait
ce dont vous
avez besoin...

...ne laissez plus
votre esprit
vous convaincre
du contraire.

REJOIGNEZ NOUS POUR UN DE NOS STAGES

Du vendredi 19H30 au dimanche 15H30

TARIF
200 €

PARIS - 1^{er} au 3 décembre 2023

LILLE - 26 au 28 janvier 2024

PARIS - 15 au 17 mars 2024

ANIMÉS EN DUO PAR

Samantha
Gallois-Montbrun
07 49 84 60 74



Frédéric
Lecompte
07 49 43 55 59



Psychopraticiens APO
exerçant respectivement à Paris et Valenciennes.

(Re) Devenir soi

REDÉCOUVREZ LES BIENFAITS DE VOUS ÉCOUTER

Aujourd'hui, dans notre cercle privé, dans notre environnement professionnel, nombre d'entre nous ne sont plus en mesure de **sentir que leurs limites acceptables sont proches**, dépassées. Au fil du temps, là où l'esprit tente de nier que la situation est inconfortable voire même inacceptable, le corps subit, se tend, encaisse. Peu à peu, les conséquences peuvent passer **du simple inconfort, à la perte de repère, à la dépression, au burn-out**. Les peurs de nous montrer tel que nous sommes, de prendre le risque de déplaire sont souvent de puissants anesthésiants qui nous empêchent de sentir les signes que notre corps nous envoie pour nous faire comprendre qu'il faut agir.

C'est le sens du week-end que nous vous proposons : grâce à l'APO (Analyse Psycho-Organique) vous pourrez, enfin, vous reconnecter à vous-même, à votre corps, afin d'apprendre à sentir ce qui est bon pour vous et poser vos limites. C'est le chemin pour être pleinement soi et retrouver le plaisir d'être en lien avec les autres.



CONTACT ET INSCRIPTION



stagedevenirsoi@gmail.com

Parce que nous sommes aussi importants que les autres, mais que nous ne sommes pas les autres, **il appartient à chacun de prendre soin de soi**, individuellement, **de se respecter** plutôt que de mettre la satisfaction de l'autre au centre de sa vie.

Comment attendre du respect, de l'écoute et de l'empathie de la part des autres, si nous ne nous respectons pas, ne nous écoutons pas nous-mêmes ?

Rejoignez-nous dans ce retour à votre essence, votre vraie nature.
Découvrez la joie de vous écouter à nouveau pour être entendu.e