

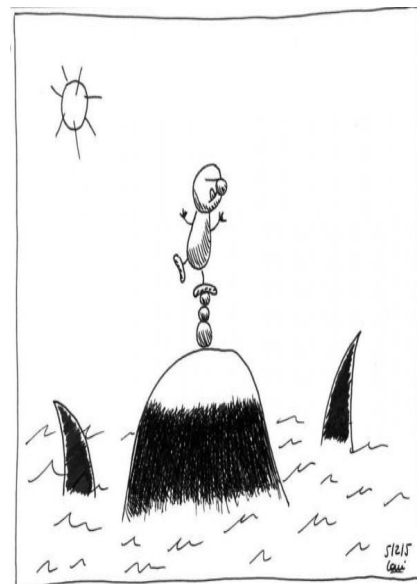
**Christiane Kolly**

diplômée de l'école

Écoute ton corps

**Atelier**

# Vous avez peur de quoi ?



Vous avez de la peine à avancer dans la vie ?

Vos peurs vous paralysent-elles ?

## **Description**

Vous pouvez retrouver votre joie de vivre et votre pouvoir personnel... Vous découvrirez dans cet atelier des moyens pour dépasser vos peurs !

## **Buts recherchés**

Réussir à observer nos peurs, à les apprivoiser, qu'elles soient des peurs physiques ou des peurs créées par notre mental (rejet, ridicule, etc.) et découvrir ce qui est caché derrière ces peurs  
Expérimenter des moyens pour dépasser ces peurs

## **Sujets abordés**

- Quelle est l'origine de nos peurs et comment y faire face ?
- Les peurs les plus souvent ressenties
- Les désirs bloqués par les peurs
- L'angoisse, comment y faire face
- Les phobies et l'agoraphobie

## **Méthode**

École Écoute ton corps - Enseignement de Lise Bourbeau

## **Date**

## **Lieu**

## **Inscription**

## **Prix**

300 francs pour les 2 jours dont 1/3 payables à l'inscription  
Compte de chèques postaux 10-43423-4