



Atelier PNL (programmation Neuro-Linguistique) Comment réactiver mes ressources ? Augmenter ma confiance, ma joie de vivre et comment me mettre à l'action face à une situation de blocage ?

Samedi 8 avril 2023 à l'Ecocentre Trégor

Présentation de l'atelier :

Venez découvrir deux outils simples et efficaces de développement personnel avec la Programmation Neuro-Linguistique.

Vous allez vivre et apprendre à réactiver des ressources comme la confiance, l'harmonie et la joie lorsque vous en manquez. Stop aux croyances limitantes.

Vous serez reboosté et passerez à l'action face à la procrastination et au blocage.

Avec ces outils de PNL, vous pourrez refaire les exercices tranquillement chez vous et vous pourrez même accompagner votre entourage.

Déroulement du stage :

- Découverte du lieu, présentation des participants et de leurs attentes pour le stage autour d'une boisson chaude
- Présentation de la PNL (programmation neuro-linguistique)
- Poser une ancre positive
- Exercice sur les ancrages et activer ses ressources
- Exercice sur une situation où vous procrastinez : rebooster sa motivation et se mettre à l'action

Partage, convivialité, bienveillance et confidentialité seront au rendez-vous :) !

NOMBRE DE PLACES : 10

Réservation obligatoire

Tarif : 50€

Tarif solidaire pour les petits budgets : nous pouvons ajuster le tarif en fonction de vos moyens, n'hésitez pas à nous contacter.

Convivialité :

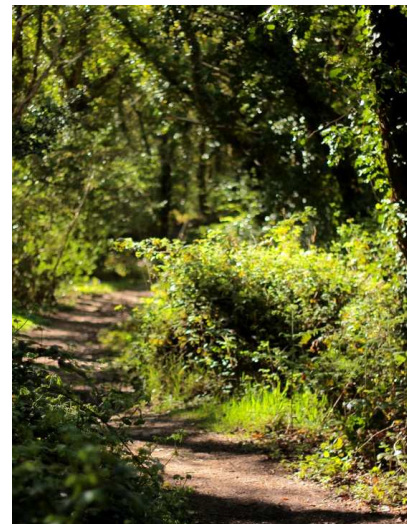
Prévoyez pour le midi un pique-nique à partager en auberge espagnole

L'animatrice :

Clara, animatrice en agroécologie et praticienne en PNL (programmation neuro-linguistique) propose des stages autour du potager, via les principes de la permaculture et de l'agroécologie, et des ateliers de développement personnel.

Date: Le 8 avril 2023 de 9h30 à 17h

Ce stage s'adresse aux débutants comme aux initiés.



Renseignements & inscriptions

Contactez Aurélien/Elisa/Noémie au 06 40 56 84 46 ou par mail à ecocentre.tregor@gmail.com