



À la rencontre de nos émotions et de nos ressources grâce au clown qui est en nous

Objectifs

Lors des différents séminaires que nous vous proposons, nous découvrons notre formidable richesse intérieure, siège de toutes nos ressources.

Nous apprenons également que nos émotions sont les messages que nous envoie l'intérieur pour que nous puissions en permanence nous adapter à ce que nous vivons, en accord avec nous-même.

Dans ce stage, nous vous proposons de vivre nos ressources, de les mettre en mouvement dans notre corps : laissons-nous sentir et « bouger » la joie en nous, l'enthousiasme, la confiance, la douceur... : les ressources ou émotions qui vous parlent et que vous souhaitez faire vivre en vous !

Nos maîtres-mots : de la jubilation, de l'énergie, du plaisir ludique

Comment ?

En laissant émerger cette partie de nous à la fois libre, rebelle, spontanée et créative pour découvrir « ce clown qui est en nous » !

En mettant en jeu nos émotions.....tout en étant dans une relation de complicité, d'écoute et d'empathie avec l'autre

La méthode est basée sur les techniques empruntées au théâtre et au clown. Une alternance de temps en mouvement et de temps d'échange pour repérer et intégrer les multiples registres du clown, et faire le lien avec les outils de la PNL (la notion de ressource, d'ancrage (ou comment réactiver une ressource par nous-mêmes), le lien entre le corps et le mental et l'influence de l'un sur l'autre, le langage métaphorique et la notion d'intention positive (le besoin qui nous amène à agir), vers un meilleur accord avec nous-mêmes.

Déroulement

Ce stage se déroule le week-end du 25 et 26 janvier 2020 (10h/17h00) à Caen ou à proximité.

Une tenue souple et confortable (jogging, caleçon) ainsi qu'un nez de clown en plastique avec élastique sont souhaités.

Tarifs

- ENTREPRISE : 340 €, centre exonéré de TVA
- PARTICULIERS : 168 €, centre exonéré de TVA

L'atelier est organisé dans le cadre des activités de l'association Développement en Normandie. Les séminaires sont ouverts aux adhérents de l'association. L'adhésion est de 18 €.

Pour les financements Entreprise, une convention de formation est adressée à la demande.

BULLETIN INSCRIPTION AU DOS  



BULLETIN D'INSCRIPTION.

À LA RENCONTRE DE NOS RESSOURCES ET DE NOS EMOTIONS GRACE AU CLOWN QUI EST EN NOUS

NOM, prénom _____

Profession _____

Adresse _____

Téléphone _____ Mobile _____ Courriel _____

- S'inscrit au séminaire clown du 25 et 26 janvier 2020 et verse un chèque d'acompte de 80€ à l'ordre de ADN
- Souhaite une convention de formation au nom de l'entreprise : _____

À retourner à Développement en Normandie – 27, rue aux coqs 14400 Bayeux
Mobile : 06 81 97 64 29 // fax : 02 31 21 47 53 _____ courriel : francedoutriaux@gmail.com