De l'estime de soi à l'estime du Soi

Atelier de 4 journée

Vendredi 12 /
Samedi 13 MARS /
Vendredi 9 /
Samedi 10 AVRIL 2027
De 9h à 16h30
LYON 5

Atelier de développement personnel
Selon les travaux de Jean Monbourquette
Animé par Isabelle Laurent

www.isabelle-laurent.fr

De l'estime de soi à l'estime du Soi

Cet atelier est destiné à toute personne qui souhaite mieux se connaître, accéder à ses richesses, gagner en liberté et paix intérieure afin de retrouver un nouvel élan de vie et devenir davantage soi.

Théories, temps de réflexion personnelle et partages rythmeront les journées. Groupe de 6 à 10 personnes.

Objectifs

Grandir dans l'amour de soi et la confiance en soi
Se regarder avec bienveillance
Installer un dialogue intérieur constructif
Accueillir les messages de son corps et de ses émotions
S'affirmer de manière cohérente
Apprivoiser ses parts d'ombre
S'ouvrir à la présence de son âme
Gagner en complétude

Informations pratiques

Tarif : 500 euros
Lieu : Lyon 5
Inscription : isalaurent17@gmail.com / 06 81 14 45 54

www.isabelle-laurent.fr