



UNE JOURNEE POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOTRE RESENTI

animée par Patricia GREVIN avec la Sophrologie et Nadine GIOVANONNI avec l'Ecoute Imaginaire

Qu'est-ce que je ressens ?

**« Laisser vivre nos ressentis » :
c'est apprivoiser et accueillir qui nous sommes,
nous permettre de nous regarder en témoin bienveillant,
et évoluer au-delà de nos peurs et de nos limites**

pour nous rencontrer véritablement.

**« Beaucoup de nœuds intérieurs, de crispations, de tensions et de blocages
attendent cette attention bienfaisante. »**