



Atelier de 2 jours

Revenir au cœur de soi et se libérer de la culpabilité

Atelier animé par Célia Portail et Fanny Rondelet
les 8 et 9 juillet 2017 à Mâcon

Avez-vous tendance à vous sentir coupable ?

Avez-vous de la difficulté à vous remettre de vos erreurs ?

Aimeriez-vous développer davantage de bienveillance envers vous-même, et pouvoir apprendre à partir de vos erreurs ?

Lors de cet atelier, nous allons vous proposer de nombreux outils qui vous permettront de transformer l'énergie destructrice de la culpabilité en une énergie constructive, celle de la responsabilité consciente.

Grâce à une approche sensorielle de la Communication Bienveillante, nous aurons l'occasion de :

- Repérer les situations dans lesquelles la culpabilité advient
- Différencier ce qui stimule la culpabilité de ce qui est véritablement à sa source
- Découvrir le conflit intérieur derrière la culpabilité, et le résoudre
- Expérimenter et acquérir un outil puissant pour transformer la culpabilité

Ainsi, nous développerons notre capacité à apprendre à partir de nos erreurs et à maintenir un accueil bienveillant envers nous-même.



Atelier de 2 jours

Revenir au cœur de soi et se libérer de la culpabilité

Les animatrices :

Fanny Rondelet est auteure, conteuse, maman, et consultante en communication bienveillante. Elle s'est formée à la Communication Non Violente pendant 10 ans, et les fruits qu'elle récolte en posant un regard bienveillant et sensible sur la vie sont si goûteux qu'elle a à cœur de les partager, que ce soit par ses livres, ses accompagnements, les ateliers qu'elle propose ou son blog croire-en-moi.com

Célia Portail est illustratrice, (*fanette et filipin, le coffret des besoins* de sophie Grosjean) créatrice et animatrice d'ateliers laine dans les écoles, maman ; Elle est engagée sur le chemin de la CNV depuis plus de 10 ans, anime un groupe de pratique et suit un cursus d'accompagnement individuel avec la CNV ; Son élan du cœur est d'accompagner chacun vers plus de douceur et de bienveillance envers lui même.

Horaires : de 9h30 à 17h30 les deux jours

Lieu : à Cluny, au 7 rue de Bel Air (possibilité de dormir sur place : se renseigner auprès de Fanny)

Prix : 95 euros pour les deux jours

Renseignements concernant le contenu du stage et l'organisation:

- Auprès de Fanny : 07 86 90 36 52
- ou de Célia : 06 26 17 53 34



Bulletin d'inscription

À renvoyer à Fanny Rondelet - 7 rue de bel air - 71250 Cluny

Je m'inscris à l'atelier des 8 et 9 juillet 2017 : « *se libérer de la culpabilité* »

Je remplis la présente fiche d'inscription et je joins un chèque d'arrhes de 40 €, à l'ordre de Fanny Rondelet

Le chèque d'arrhes ne sera encaissé qu'après le stage, en même temps que le solde, et il ne pourra pas être remboursé en cas d'annulation moins d'une semaine avant le stage.

Prénom	
Nom	
Adresse	
Mail	
Téléphone	

Date :

Signature :