

## **Découvrez votre puissance intérieure**

### **Ce que l'atelier vous apporte**

Vivez la vie à laquelle vous aspirez en réappropriant votre pouvoir de choisir et gérez votre sentiment d'impuissance face à vous-même et face aux autres.

### **Les bénéfices concrets pour vous**

- Savoir rapidement quand et pourquoi vous n'êtes plus dans votre puissance.
- Devenir une personne capable de maîtriser son mental et ses émotions pour retrouver sa véritable puissance et l'appliquer dans son quotidien.
- Pouvoir vivre la vie à laquelle vous aspirez en réappropriant votre pouvoir de choisir.

### **Contenu**

- ✦ Découvrir le degré de pouvoir
- ✦ Les 3 degrés de puissance : mentale, émotionnelle et physique
- ✦ Comment gérer le sentiment d'impuissance et pratiquer le lâcher-prise
- ✦ Les 5 obstacles qui nous empêchent d'être dans notre puissance

*En complément des apports théoriques, des tests et des exercices pratiques permettent de découvrir son degré de puissance intérieure.*

### **Profil du participant**

Toute personne qui veut reprendre contact avec sa puissance intérieure et qui veut vivre sa vie selon ses propres besoins.

### **Objectifs**

- ✓ Bien différencier la puissance d'avec le pouvoir et le contrôle
- ✓ Devenir conscient des domaines où vous vivez de l'impuissance
- ✓ Obtenir des outils pour gérer l'impuissance vécue avec l'autre et avec soi
- ✓ Vérifier si vous vous laissez influencer par les cinq obstacles courants à l'évolution spirituelle
- ✓ Être capable de vous situez dans votre puissance

**Durée** : 2 jours de 9h00 à 17h30

**Prix** : 325\$/325€. Plusieurs **rabais disponibles**. Informez-vous.

**Date** : Référez-vous au **Bulletin** d'Écoute ton corps ou au **Calendrier** des ateliers sur Internet.

**Inscription** : Un acompte de 40\$/40€ est nécessaire pour réserver votre place. Le solde peut être payé en 3 versements mensuels. Pour vous inscrire, communiquez avec nous ou un de nos organisateurs (voir Bulletin d'Écoute ton corps) ou visitez la page **Inscription** sur Internet.