

Ateliers à venir

Janvier à août 2019

Inscrivez-vous avant le 31 janvier 2019 et tentez votre chance de gagner 500\$ applicable sur nos ateliers et formations.

www.ecoutetoncorps.com/promohiver

ÉCOUTE TON CORPS 

Brossard Hôtel ALT, 6500 boul. de Rome, J4Y 0B6

2-3 février Les 5 blessures de l'âme
23-24 mars ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

Drummondville Hôtel Le Dauphin, 600 boul. St-Joseph, J2C 2C1

30-31 mars Les 5 blessures de l'âme

Eastman Spa Eastman, 895 chemin des Diligences, JOE 1P0

27-30 juin Écoute ton âme

Edmundston NB Hôtel Sheraton, 74 Chemin Canada, E3V 1V5

18-19 mai ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

Gatineau Espace RenÊtre, 15 rue du Barry OU Hôtel V 585 boul. De La Gappe

12-13 janvier ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres à l'Espace RenÊtre
19-20 janvier Les 5 blessures de l'âme à l'Espace RenÊtre
23-24 février Comment apprivoiser les peurs à l'Espace RenÊtre
23-24 mars Comment développer le senti à l'Espace RenÊtre
27-28 avril Comment gérer la colère à l'Hôtel V
25-26 mai Se libérer de la culpabilité à l'Hôtel V
22-23 juin Comme se libérer d'un stress à l'Espace RenÊtre

La première phase de notre programme de formation se donne de janvier à novembre.

Laval 3030 Curé-Labelle, Bureau 203, H7P 4W6

En plus des ateliers ci-dessous, découvrez d'autres activités: www.ecoutetoncorps.com/laval

12-13 janvier Comment développer le senti
19-20 janvier Retrouver sa liberté
26-27 janvier ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres
9-10 février Comment gérer la colère
16-17 février Devenir observateur et non fusionnel
9-10 mars Se libérer de la culpabilité
16-17 mars Les pièges relationnels
6-7 avril Comment se libérer d'un stress
13-14 avril Vivre harmonieusement l'intimité et la sexualité

27-28 avril ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres
4-5 mai Répondre à ses besoins
11-12 mai Autonomie affective
1-2 juin Décodage des malaises et maladies
8-9 juin ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres
29-30 juin Confiance en soi

Lévis L'Oiselière, 165-A Route du Président Kennedy, G6V 6E2 (secteur St-Nicolas)

23-24 mars ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

Montréal Centre St-Pierre, 1212, rue Panet, H2L 2Y7

2-3 mars ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

Québec Hôtel et Suites Normandin, 4700 boulevard Pierre-Bertrand, G2J 1A4

12-13 janvier Se libérer de l'emprise de l'ego
19-20 janvier Comment développer le senti
26-27 janvier ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres
9-10 février Retrouver sa liberté
16-17 février Comment gérer la colère
9-10 mars Devenir observateur et non fusionnel
16-17 mars Se libérer de la culpabilité
6-7 avril Les pièges relationnels
13-14 avril Comment se libérer d'un stress
4-5 mai Vivre harmonieusement l'intimité et la sexualité
18-19 mai Répondre à ses besoins
25-26 mai ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres
1-2 juin Autonomie affective
15-16 juin Décodage des malaises et maladies
13-14 juillet Confiance en soi

Rimouski Hôtel Gouverneur, 155 boulevard René-Lepage Est, G5L 1P2

4-5 mai ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

St-Hyacinthe Complexe Sportif St-Hyacinthe Inc. 600 rue Turcot, J2S 1M5

12-13 janvier ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

St-Jérôme Nos bureaux, 1102 La Salette (OU Gesthsé-Marie, 1301, rue des Lacs)

8 au 14 juin Techniques efficaces en relation d'aide (à Gethsé-Marie)
6 au 11 juillet Relation d'aide spécialisée
13-14 juillet ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres
15-16 juillet L'écoute et la communication
18-19 juillet Communiquer avec les différents masque partie 1
20-21 juillet Communiquer avec les différents masque partie 2
25-26 juillet Se libérer de l'emprise de l'ego
27-28 juillet Retrouver sa liberté
31 juil.-1 août Devenir observateur plutôt que fusionnel
3-4 août Les pièges relationnels
5-6 août Vivre harmonieusement l'intimité et la sexualité
8-9 août Autonomie affective
17-18 août Prospérité et abondance
19-20 août Décodage de vos rêves et de votre habitation
22-23 août Écoute et mange

La deuxième phase de notre programme de formation se donne en intensif l'été prochain!

Sherbrooke Hôtel Delta, 2685 rue King Ouest, J1L 1C1

18-19 mai ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

Trois-Rivières Hôtel Delta, 1620 Notre-Dame Centre, G9A 6E5

27-28 avril ÊTRE BIEN avec soi & ÊTRE BIEN avec les autres

Plusieurs rabais possibles. Informez-vous.

Description et prix des ateliers sur www.ecoutetoncorps.com/ateliers

Choisissez d'être bien

Être bien avec soi
Être bien avec les autres

L'atelier ÊTRE BIEN est la base de l'enseignement de notre école et surprend par sa puissance. Plus de 25000 personnes l'ont suivi et ont bénéficié des outils appris. Il comporte deux volets : Être bien avec soi (jour 1) et Être bien avec les autres (jour 2). Vous avez l'option de suivre le 1^{er} jour ou les deux jours et son prix est de 99\$/jour.



Cet atelier répond-il à vos besoins ?
Faites le test

www.atelieretrebien.com

Calendrier de nos
activités à l'intérieur

Évaluez les énoncés suivants sur une échelle de 0 à 10 (0 = jamais ; 10 = toujours) :

- J'ai de la difficulté à me complimenter quand je n'ai pas agi selon mes critères de perfection. _____
- Je suis porté/e à m'occuper des besoins des autres avant les miens. _____
- J'ai de la difficulté à faire ce qui ME ferait plaisir. _____
- Je suis exigeant/e envers moi-même, je m'en demande beaucoup pour être satisfait/e. _____
- J'ai de la difficulté à dire non sans me sentir coupable. _____
- Je ne me sens pas aimé/e quand l'autre n'est pas d'accord avec moi ou ne répond pas à ma demande. _____
- Je suis porté/e à vouloir changer les autres afin de rétablir l'harmonie. _____
- Je critique facilement quelqu'un qui agit de façon non conforme à mes critères. _____
- J'ai de la difficulté à être bien ou heureux/se quand un être cher ne l'est pas. _____
- J'ai beaucoup d'attentes envers les autres (ex: qu'ils me remercient, qu'ils devinent ce que je veux, etc.). _____

Le total des réponses = le % du manque d'amour de soi, car les relations aux autres en sont un reflet. Nous vous suggérons vivement de demander à quelqu'un qui vous connaît bien de vérifier vos réponses, car l'ego nous joue souvent des tours et nous empêche de nous voir objectivement. ÊTRE BIEN est l'atelier par excellence pour apprendre plusieurs moyens concrets qui vous permettront de vous aimer davantage et, par conséquent, d'aimer les autres au même degré.

Cet atelier se donnera dans une douzaine de villes prochainement. Consultez l'horaire au verso.

Suivez l'action sur Internet...

... chaque jour

Aimez notre page Facebook et profitez des offres ponctuelles mais aussi de belles citations qui tombent toujours bien.

www.facebook.com/ecoutetoncorps

... chaque mois

Restez à l'affût de nos actualités et recevez les conseils de Lise Bourbeau en vous inscrivant dès aujourd'hui à notre infolettre mensuelle! Visitez notre site web ou scannez ce code QR.



VOYAGE-ATELIER

23 octobre au 3 novembre 2019

avec **Lise Bourbeau et Manon Pelletier**
en complexe 5***** au raffinement
typiquement cambodgien

Thème de l'atelier: **Comment réaliser votre plus grand désir**

Une merveilleuse occasion de concilier l'aventure et
la recherche intérieure!

www.ecoutetoncorps.com/voyage



Communiquez avec nous pour toute question ou inscription. Nous sommes à votre écoute.

Tél: 514 875-1930 ou 1 800 361-3834

1102 boul. La Salette, St-Jérôme (Québec) J5L 2J7

info@ecoutetoncorps.com www.ecoutetoncorps.com

DEVENEZ UN PROFESSIONNEL DE LA RELATION D'AIDE METC®

Québec - Laval - Gatineau

Un cheminement personnel et professionnel complet (développé par Lise Bourbeau et notre équipe de formatrices) qui a comme objectif d'améliorer votre qualité de vie en guérissant les blessures de l'âme et en cheminant vers qui vous êtes véritablement. Si c'est votre but, ce cheminement vous permet de devenir un professionnel en relation d'aide METC® soit pour enseigner la méthode Écoute Ton Corps et/ou pour accompagner grâce à la méthode Écoute Ton Corps.

Téléchargez le
dossier complet



www.ecoutetoncorps.com/formation