

## CONCRÉTISER SES PROJETS AVEC LA SOPHROLOGIE ET L'EFT

Concrétiser ses projets en ces temps difficile devient parfois un véritable défi !

Ce n'est pas forcément parce que les idées manquent... ni l'envie d'ailleurs... mais on peut s'apercevoir ou sentir qu'il manque un chaînon dans l'acte de réaliser, de passer à l'action concrètement... **La pensée et le désir ne suffisent pas pour réaliser ses rêves !**

Après de longues années de réflexion et de mise en application de ses réflexions, je peux aujourd'hui vous proposer un cheminement de réalisation qui fonctionne. Nous l'aborderons ensemble et verrons là où il y a des manques ou encore des obstacles dans votre savoir-faire et la manière de les dépasser. Mais nous verrons aussi là où il y a des forces dans votre savoir-être et la manière de les fortifier.

Un bout de chemin vers soi et sa réalisation !

### DUREE

- 3 jours

### OBJECTIFS

- Comprendre les phénomènes sous-jacents à la concrétisation de ses projets dans sa vie
- Se mettre à l'écoute de ses envies et désirs dans la joie de la réussite
- Développer une stratégie de concrétisation prospère

### NIVEAU REQUIS

Tout public

### DATE

- 25 et 26 janvier + 15 février 2010

### TARIF

420 €

Prise en charge professionnelle : +25%

### FORMATRICE

Patricia PENOT

Formatrice - Sophrologue Caycédienne branche clinique et préventive - Relaxologue diplômée - Praticienne et Formatrice en TMAE® - EFT

### LIEU

Fontainebleau

### CONTENU

- Compréhension des notions de concrétisation, de créativité, principe de résonance et d'attraction
- La pensée et le désir ne suffisent pas pour réaliser ses rêves ! Les différentes étapes pour concrétiser un projet, comment mettre les forces en mouvement
- Les obstacles à la réussite des projets, une méthode pour les dépasser
- Etat d'être et résonance de réussite intérieure, comment l'installer en soi
- Equilibre du donner et du recevoir, activer ses récepteurs de l'abondance
- Manifestation concrète de ses projets, utilisation de sa puissance de "créateur-créatrice"

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports conceptuels
- Échanges entre les participants
- Exercices d'application pratique utilisant la technique EFT, le tableau de visualisation, la capacité de créativité
- Méditations guidées

### OBTENTION DE L'ATTESTATION

- Présence aux 3 jours de formation