

**Fiche d'inscription au programme en ligne « Oser sa vie »
Octobre 2016-Juin 2017
à renvoyer à Anaïs EUVERTE : anais@lescheminsdelarelation.com**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Numéros de téléphone (fixe et portable) :

Mail :

Je m'inscris au programme « Oser sa vie » 2016-2017, proposé par Anaïs EUVERTE. (voir présentation en annexe)

Je choisis le type d'accompagnement en entourant l'option :

1) Accès au programme en ligne d'octobre 2017 à juin 2018 : entourer le mode de paiement

Paiement en 1 fois : 350 euros

Paiement en 2 fois : 200 + 200 euros (400 euros)

Paiement en 9 fois 49 euros par mois pendant 9 mois (soit 441 euros)

2) Accès au programme en ligne d'octobre 2017 à juin 2018 avec une séance individuelle par téléphone par mois : entourer le mode de paiement

Paiement en 1 fois : 700 euros

Paiement en 2 fois : 400 euros x2 (800 euros)

Paiement en 9 fois : 98 euros x9 (882 euros)

Le règlement est à envoyer 15 jours après la signature du contrat.

Signature

Anaïs EUVERTE
Praticienne en relation d'aide et formatrice
Tel : 06 74 52 25 55
Mail : anais@lescheminsdelarelation.com
Site : <http://www.lescheminsdelarelation.com>

Le programme « Oser sa vie »

« Oser sa vie, c'est se prendre en main maintenant pour cheminer vers le meilleur de soi. »

Vous avez déjà travaillé sur vous-mêmes.

Vous savez quelles sont les raisons de vos souffrances mais cela n'a pas suffi à transformer votre quotidien.

Vous sentez que vous ne vivez pas pleinement la vie que vous pourriez vivre... si seulement vous osiez !

Vous rêvez de changement dans votre relation à vous-même et avec les autres.

Au fond de vous, vous savez que le changement doit se passer à l'intérieur de vous mais vous ne savez pas comment faire...

Je vous propose ce programme pour :

- prendre soin de vous-mêmes
- vous permettre de vous réconcilier avec votre passé
- donner une direction positive à votre vie
- donner du sens à votre vie
- aller vers le meilleur de vous-mêmes

... à l'aide d'outils et de moyens concrets

Ce programme est un ensemble structuré de concepts, d'outils et d'exercices, avec une progression pédagogique... conçu à partir de méthodes et d'outils que j'ai moi-même éprouvés pour moi et les personnes que j'accompagne.

Les outils que vous allez acquérir vous seront utiles tout au long de votre vie.

Déroulement du programme :

Le programme se déroule sur 9 mois, d'octobre à juin.

9 mois pour naître un peu plus à vous-même et développer un regard plus aimant sur la vie.

1ère étape : apprendre à s'écouter, à se respecter et à s'aimer

Dans ce module, vous apprendrez à prendre soin de vous-mêmes en commençant par vous écouter. Il s'agira de prendre contact avec vous-mêmes en apprenant à écouter vos ressentis et vos émotions, à vous y fier et à commencer à vous respecter.

Vous apprendrez également une technique pour vous libérer de vos perturbations émotionnelles qui peuvent être source de difficultés quotidiennes.

Vous apprendrez à développer un dialogue intérieur positif et encourageant qui pourra vous

Anaïs EUVERTE

Praticienne en relation d'aide et formatrice

Tel : 06 74 52 25 55

Mail : anais@lescheminsdelarelation.com

Site : <http://www.lescheminsdelarelation.com>

accompagner tout au long de votre vie.

Outils et techniques utilisés : Méthode ESPERE® de Jacques Salomé, TIPI (Technique d'Identification des Peurs Inconscientes), psychologie positive

2ème étape : apprendre à se positionner, à communiquer et à se responsabiliser

Dans ce module, vous allez explorer les relations que vous avez avec les autres.

Vous apprendrez à repérer les pièges de l'incommunication et vous saurez comment mieux communiquer avec les autres et vous sentir plus entendu.

Vous pourrez passer de la victimisation et de l'accusation de l'autre à la responsabilisation, beaucoup plus saine pour vos relations.

Vous allez faire grandir votre maturité relationnelle.

Outils et techniques utilisés : Méthode ESPERE® de Jacques Salomé

3ème étape : accepter son histoire personnelle et familiale... et grandir avec

Ce module vous invitera à explorer votre histoire : les événements significatifs de votre vie, joyeux ou tristes, qui ont contribué à faire de vous la personne que vous êtes.

Des outils concrets vous seront transmis afin de faire la paix avec les événements difficiles de votre histoire : vous apprendrez notamment à utiliser les démarches symboliques.

Vous serez également amené à faire votre arbre généalogique, afin de mettre en lumière les secrets et les zones cachées de votre histoire familiale.

Outils et techniques utilisés : Méthode ESPERE® et psychogénéalogie

4ème étape : écouter ses rêves et donner du sens à sa vie

Ce dernier module est l'aboutissement de la formation. Vous serez invités à vous reconnecter avec vos rêves, vos désirs, vos aspirations profondes. Des outils vous seront transmis pour prendre soin de vos désirs et en réaliser certains.

Vous serez amenés à vous fixer des objectifs et à travailler sur votre projet de vie. A la lumière de tout ce que vous aurez découvert dans ce programme, vous définirez la direction que vous souhaitez donner à votre existence.

Outils et techniques utilisés : Méthode ESPERE®, loi d'attraction

A l'issue de ce programme, vous porterez un regard neuf sur votre vie et les événements que vous traversez.

Concrètement, vous recevez par mail, chaque mois:

- des cours théoriques (en format pdf)
- des vidéos
- des exercices pratiques à faire et à me renvoyer pour que je vous accompagne dans votre progression (je vous fais un retour par mail)
- une réunion en ligne pour répondre à toutes vos questions enregistrée et rediffusée

Anaïs EUVERTE

Praticienne en relation d'aide et formatrice

Tel : 06 74 52 25 55

Mail : anaïs@lescheminsdelarelation.com

Site : <http://www.lescheminsdelarelation.com>

Tarif :

Paielement en 1 fois : 350 euros

Paielement en 2 fois : 200 + 200 euros (400 euros)

Paielement en 9 fois 49 euros par mois pendant 9 mois (soit 441 euros)

Les personnes qui le souhaitent peuvent choisir un forfait qui inclue une séance individuelle par téléphone, par mois :

Paielement en 1 fois : 700 euros

Paielement en 2 fois : 400 euros x2 (800 euros)

Paielement en 9 fois : 98 euros x9 (882 euros)

Anaïs EUVERTE

Praticienne en relation d'aide et formatrice

Tel : 06 74 52 25 55

Mail : anaïs@lescheminsdelarelation.com

Site : <http://www.lescheminsdelarelation.com>