



SI VOUS AVEZ BESOIN

SUR LE PLAN PERSONNEL,

- de vous arrêter
- de vous concentrer sur vous
- de réfléchir à ce qui vous convient
- de connaître votre véritable potentiel
- de faire des choix
- de changer de comportement
- de vous adapter à une situation difficile
- de vous affirmer
- de mieux communiquer
- de vous mettre en énergie
- d'avoir une vision positive de la vie

SUR LE PLAN PROFESSIONNEL,

- de ne pas subir
- de vous motiver
- de mobiliser toutes vos capacités
- de vous remettre en cause
- de faire des choix
- de modifier vos rapports aux autres
- de vous intégrer dans une équipe
- d'obtenir la coopération des autres

Le Séminaire de Ressourcement et d'Epanouissement Personnel et Professionnel est fait pour vous.

asbl
Lionel & les Autres
Ressourcement - Résilience - Evolution

L'Association Sans But Lucratif « Lionel et les Autres »

organise depuis plus de 15 ans
des formations et séminaires dans le domaine
de l'évolution et du développement personnel.

Dans une approche éclectique,
les animateurs utilisent les techniques actuelles et
éprouvées en matière d'écoute, de gestion des émotions,
de communication et de résilience.

ASBL « Lionel et les Autres »

rue du Peuple, 85 B 7333 TERTRE
Tel: (+ 32) 65 60 02 64 - GSM: (+ 32) 475 93 28 59
www.lionel-et-les-autres.be
Mail: lapagliafm@scarlet.be



L'ASBL « Lionel et les Autres »

est l'antenne dans le Hainaut de la fondation
« Serge et les Autres » qui se consacre à l'accompagnement
dans les accidents de la vie.

Site en construction: Tel 02/345 89 09
Mail: sergeetlesautres@skynet.be



Elle est partenaire du « Club Attitude Plus »
dont l'objectif est de développer
le potentiel personnel, la capacité à communiquer et
l'approche positive de la vie de chacun de ses membres.

Contact: alegis.rode@skynet.be
www.clubattitudeplus.com

N° d'entreprise: 883 773 631
Éditeur responsable: ASBL "Lionel et les Autres" TERTRE

Prendre sa vie en mains avec le

SREPP

asbl
Lionel & les Autres
Ressourcement - Résilience - Evolution

LE SEMINAIRE DE RESSOURCEMENT ET D'EPANOUISSEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

Le Séminaire de Ressourcement et d'Epanouissement Personnel et Professionnel est un stage résidentiel de 3 jours.

PORTÉE

- Faire un bilan
- Assumer le passé
- Identifier ses besoins et valeurs
- Se concentrer sur ses forces
- Ouvrir des perspectives
- Décider du changement
- Prendre la responsabilité de sa vie
- Trouver les ressources nécessaires
- Se mettre en mouvement

CARACTÉRISTIQUES

Dans un environnement convivial et ouvert, séminaire à la portée de tous, centré sur la personne, avec une approche positive de la vie.

PÉDAGOGIE

- Participative, elle va de la réflexion personnelle à l'interaction avec le groupe
- Concrète, elle s'appuie sur l'expérience des participants
- Pratique, elle permet de s'entraîner aux techniques apprises.

« *Toute réconciliation avec autrui est d'abord une réconciliation avec soi-même.* » J.Salomé

« *Accomplir sa Légende Personnelle est la seule et unique obligation des hommes.* » P.Coelho

APERÇU DES ATELIERS

- Faire un bilan
- Recharger ses batteries
- La gestion du stress
- La communication avec soi et avec les autres
- La gestion de conflit
- Reconnaître et gérer ses émotions
- Se recentrer sur ses propres valeurs
- L'autosuggestion, la réussite
- L'acceptation, le lâcher prise et la résilience
- La critique constructive
- La motivation, la décision
- La relaxation
- L'enthousiasme
- La gestion du temps
- L'importance des objectifs
- L'image de soi et la confiance en soi
- Aborder la vie de façon positive

TÉMOIGNAGES

Pour beaucoup de participants le séminaire est l'occasion d'une « prise de conscience » définitive, condition nécessaire et parfois suffisante au changement souhaité.

Il est vécu comme « un catalyseur » et « un accélérateur de vie ».

Retrouvez les témoignages sur notre site

<http://lioneletlesautres.be>

COUPON RÉPONSE

A renvoyer sous enveloppe timbrée
A: ASBL « **Lionel et les Autres** »
rue du peuple, 85 – B 7333 TERTRE

Nom:

Prénom:

Adresse:

Code postal: Ville:

Mail:

Tel:

Je désire sans engagement de ma part

En savoir plus

mode de contact préféré:

mail

téléphone

Recevoir un dossier d'inscription

A titre: personnel

professionnel