

TRANSITION(S)

Prochaine session :
Du 21 au 24 mai 2020
à Molac (Morbihan)
à la ferme de Carafray

**FAIRE EMERGER et CONSTRUIRE SON PROJET
DE TRANSITION**

**4 journées en groupe
en alliant corps, coeur et esprit et créativité**

Pour qui?

Vous êtes dans une phase de **changement**, de transition, de recherche de sens?
Vous souhaitez concilier vie perso, vie pro et défis écologiques et sociétaux?
Vous avez un **projet**, ou un **rêve** pour cela?
ou vous avez déjà avancé mais vous vous sentez bloqué et n'arrivez plus à avancer?

Ce stage vous permettra de venir clarifier votre projet, de l'aligner avec qui vous êtes profondément, et d'en asseoir les fondements dans votre corps, votre cœur, de cultiver la confiance en vous, de lever les obstacles intérieurs, pour pouvoir vous lancer ensuite dans une phase de construction, d'expérimentation ou de mise en place.

Programme

Objectifs : clarifier, structurer son projet, lever les freins & concilier tête cœur et corps dans le projet, et incarner son projet

JOUR 1 : Intentions et valeurs du projet

JOUR 2 : Les ressources du projet, qui suis-je en tant que porteur de projet?

JOUR 3 : Les freins du projet, confiance en soi et leadership

JOUR 4 : Structuration, assemblage et prochaines étapes du projet

Pédagogie

- **Pédagogie active** : les participants sont acteurs de leur propre processus de création et qui engage le **corps, les émotions, le mental** et la relation au groupe.
- Travail en grand groupe, en petit groupe, en individuel avec **l'intelligence collective**.
- Méthodes utilisées : travail d'intermodalité du **Life/Art Process®** pour une transformation en profondeur dans le système nerveux : **corporel** (conscience corporelle, mouvement libre, improvisation), **créativité** (dessin, écriture), **méthodologie de projet**, temps de parole, d'écriture, de partage.

Intervenante



A la fois ingénieure et thérapeute psychocorporel, j'ai à cœur d'accompagner chacun dans son cheminement vers lui-même, vers sa force intérieure, son potentiel, ses intuitions et la confiance en soi, en lien avec la société et la Terre que l'on habite, et de remettre du sensible et de l'écoute dans notre manière de vivre et nos actes.

Informations/inscriptions : Alice BROWAEYS

06 80 45 08 99

www.alicebrowaeys.fr

alicebrowaeys@gmail.com

Tarifs et inscriptions

Places limitées à 12

3 tarifs pour les frais pédagogiques en fonction de vos moyens du moment :

Tarif solidaire : 190 €

Tarif d'équilibre : 280€

Tarif de soutien : 370€

Pour vous inscrire :

- Envoyez un mail à alicebrowaeys@gmail.com indiquant nom/lieu de provenance, n° de telephone.
- Puis envoyez un chèque d'arrhes de 60€ à l'ordre d'Alice Browaeys, au Fauteuil à Ressort, 15 place de l'Eglise 56220 PEILLAC (le chèque ne sera encaissé qu'à la fin du stage). En cas d'annulation moins d'une semaine avant le stage, le chèque sera encaissé - sauf en cas de force majeure ou de place reprise par un participant si le stage est complet)

Lieu, logement et repas

Nous serons accueillis dans la salle dédiée aux activités pédagogiques de la ferme de Carafray, ferme habitée par Julie, Florian et leurs enfants, paysans boulangers, et bientôt producteurs de fromage de chèvre. (1,Kerbricon, à Molac)

Pour dormir : gîte à côté accessible à pied 15€ la nuit avec cuisine collective.

Possibilité de dormir en utilitaire ou en tente et d'utiliser la cuisine collective et douches du gîte.

Comment venir?

Molac se situe à 10 min en voiture de la gare de Questembert (départs réguliers au départ de Rennes, ligne Rennes/Vannes/Quimper). Covoiturage à organiser entre les participants ou possibilité de venir vous chercher à Questembert.

Informations/inscriptions : Alice BROWAEYS

06 80 45 08 99

www.alicebrowaeys.fr

alicebrowaeys@gmail.com