

YOGA,ZEN , DEVELOPEMENT PERSONNEL, HYPNOSE, ACCES BAR,
EMPATHIE, CNV, PNL.....Quoi choisir ?

Pour voir POSITIF !!! PPfffff !!! oui ...eh bien!!!

C'est bien jolie tout ça !!!Mais je n'ai Pas le temps !!! avec la vie que
je mène et puis concrètement comment je fais ? ça
marche aussi tout (e) seul (e) ?

Relax, rassures toi !!! Mélanie et Gaëlle proposent

« les ateliers BONHEUR »

Pour se retrouver entre nous ! Partager sur différentes thématiques, prendre du
temps pour soi S'amuser autour de jeux de je, échanger sur la psychologie
positive...

Et c'est tous les 2èmes mardi du mois animé par des professionnelles diplômées

A partir du 14 janvier de 20h30 à 22h.

A l'escale de Grez Neuville.



Ha super ! Faire une pause dans
ma semaine ! C'est vrai j'aimerais
bien du temps pour moi !

ET, comment je fais pour y aller ?

Et bien c'est simple tu fais comme moi t'appelle

Gaëlle au 06 01 77 26 62 ou

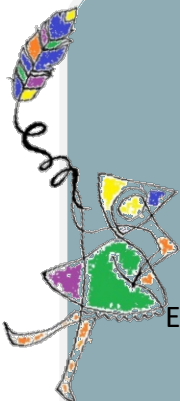
Mélanie 07 88 69 99 80 et tu t'inscris !

Sinon tu as aussi le mail de l'asso. Aventure et Compagnie

asso.aventureetcompagnie@gmail.com

Et pour info, le tarif c'est 15€ l'atelier et il y en a 6 cependant
renseigne toi il y a un tarif si tu t'inscris sur les 6 prochains.

Aller ! jte dis au 14 janvier 2020 ! Bisous





Les ateliers Bonheur Tout un Programme



Le 14 Janvier 2020 : Thème, **Bilan** « **2020 c'est mon année à moi** »
Entre impossible et possible, deux lettres et un état d'esprit

Le 11 Février 2020: Thème, **L'amour** « **A propos, comment je m'aime ?** »
Apprendre à s'aimer ce n'est pas ce changer...mais ce voir avec des yeux nouveaux

Le 10 Mars 2020 : Thème, **Les motivations** « **Le plein de vitamines** »
Ils ne savaient pas que c'était impossible alors ils l'ont fait.

Le 14 Avril 2020 : Thème, **Le tri** « **Faisons notre ménage de printemps** »
Pour que les choses changent dans notre vie on doit accepter de laisser aller ce qui nous ressemble plus.

Le 12 Mai 2020 : Thème, **Les jeux d'enfants** « **Je fais ce qu'il me plait** »
La joie de vivre est une émotion contagieuse

Le 9 Juin 2020: Thème, **Parole du cœur** « **Mon cœur ! chante, danse, exprime toi** »
Ecoute le vent, il parle, écoute le silence, il murmure. Écoute ton cœur il sait.

Le 7 Juillet 2020 : Thème, **Je donne, j'accueille** « **Un élan de bien être** »
Le bonheur se donne à celui qui a vaincu sa peur de vivre et qui considère sa vie comme une étincelle sacrée.

Pour les inscriptions : **Gaëlle** au **06 01 77 26 62** ou **Mélanie** **07 88 69 99 80**
asso.aventureetcompagnie@gmail.com