



LES TOUCHES DU BIEN-ETRE

Prenez votre vie en mains !

SEANCES DE GROUPE – jeu de la transformation

Jeu de la transformation

Dans un cadre défini, chacun se sent en **confiance** et peut, dans le respect, évoluer à son rythme.

Ce jeu permet de transformer joyeusement notre vie, découvrir nos **ressources** sur différents niveaux : physique, émotionnel, mental et spirituel.

Chacun avance sur son **chemin** de vie et aide les autres à avancer.

A l'aide de cartes support (anges, cartes d'ombre, cartes de lumière, etc.), nous trouvons des réponses.

Nous pouvons utiliser ce jeu pour **comprendre** une problématique de vie qui nous empêche d'avancer.



Qui suis-je ?

Yvette ABIN

Educatrice de formation
Professeur de yoga
Sophrologue
Somatothérapeute
Energéticienne

Je pratique la méditation
de pleine conscience.

Ma recherche : affiner
notre conscience.

Durée :
De 14h à 19h

Sur rendez-vous