



Pendant cette période nous sommes traversés par des émotions et sentiments tels que la colère, l'impuissance, la tristesse, la perte de repères, l'inquiétude, la fatigue, ... et en même temps nous exprimons nos qualités essentielles, parfois inconnues : l'endurance, la patience, le discernement, le courage, la confiance, la créativité, la compassion, la solidarité, ... **Reconnaitre nos qualités c'est prendre soin de soi, notre repère réel dans notre vie, pour traverser et transformer les périodes de crise.** A travers des exercices pratiques, cet atelier propose de reconnaître nos qualités pour prendre soin de notre intériorité, notre espace de ressourcement.

Les Ateliers de la Présence sont le fruit du processus de maturation de mon expérience personnelle et professionnelle. Ils sont l'expression de ma priorité dans l'accompagnement des personnes dans leur processus de réalisation : l'intégration de toutes les parties de soi, pour être soi-même dans le monde.



Viviana RICCIARDI - Psychopraticienne en Psychosynthèse, Formatrice en Biodanza et en Psychosynthèse Créative®, Superviseur, j'accompagne les personnes dans leur processus d'épanouissement depuis 20 ans, en groupe et en individuel.

Je suis titulaire du Certificat Européen de Psychothérapie, membre de la Fédération Française de Psychothérapie et Psychanalyse et de l'équipe pédagogique du Centre Source-Ecole Française de Psychosynthèse.

www.vivianaricciardi-psychotherapie.com

Informations et inscriptions

Association **JOIE d'ETRE** - Viviana Ricciardi 06.81.49.32.45 e-mail vivianaricciardi@yahoo.fr - www.joiedetre.com

Dans le respect des protocoles sanitaires - Nombre de participants limité. Lieu et conditions d'inscription à coté.



La vie nous confronte continuellement à des choix. Choisir n'est pas toujours facile à cause des doutes, de la crainte de se tromper ou de la réaction de l'autre, ... A travers des exercices d'écoute de soi et d'expression corporelle, cet atelier permet d'explorer notre capacité de nous positionner intérieurement dans les situations de la vie : **nous pouvons adopter une attitude parmi d'autres, ce qui compte est d'assumer le choix intérieur d'adopter cette attitude.** C'est la liberté intérieure.

Participation aux frais 55€ + 16€ adhésion avec inscription avant le 20 décembre pour l'atelier de janvier et avant le 20 février pour l'atelier de mars. Puis 65€ ou 80€ pour les non adhérents.

Forfait pour les 2 ateliers : 95€ + 16€ adhésion avant le 20 décembre. Inscription effective avec envoi d'un chèque d'arrhes de 30€ pour un atelier ou de 50€ pour le forfait.

**A l'Espace Loreka – Park de l'Étalope 14 bis rue de la Leysse
73000 Bassens – Parking à disposition**

En cas de confinement les ateliers seront maintenus par visioconférence.

Bulletin à renvoyer à Association Joie d'Etre - 415 rue du Clos Papin - 73000 Chambéry
Tél. 06.81.49.32.45 - e-mail : vivianaricciardi@yahoo.fr
Arrhes remboursables jusqu'à 7 jours avant l'atelier.

NOM, prénom

Date de naissance

ADRESSE

Tél. E-mail

OUI, je m'inscris à l'atelier du à Bassens, ci-joint chèque d'arrhes de € à l'ordre de Joie d'Etre.

Date et signature