

LES DATES DES ATELIERS SONT :

ATELIER 1 EN 2023

SAM. 20 ET 27 MAI . 10H-12H
SAM. 3 ET 17 JUIN . 10H-12H
SAM. 1 ET 15 JUIL. . 10H-12H

ATELIER 2 EN 2023

SAM. 2 ET 23 SEPT. . 10H-12H
SAM. 7-28 OCT. . 10H-12H
SAM. 4-18 NOV. . 10H-12H

ATELIER 3 EN 2023-2024

SAM. 2 ET 16 DÉC. . 10H-12H
SAM. 13 ET 27 JAN. . 10H-12H
SAM. 3 ET 17 FÉV. . 10H-12H

PRIX ET MODALITÉS DE PAIEMENTS :

FR. 280.-/MOIS

SOIT UN TOTAL DE FR. 840.- SUR 3 MOIS
ACOMPTÉ D'INSCRIPTION FR. 140.-

CYCLE TOTAL

6 ATELIERS DE 2H

FRÉQUENCE

2 X PAR MOIS SUR 3 MOIS

PARTICIPANTS :

DE 4 À 10 PERSONNES

FRAIS D'INSCRIPTION : FR. 30.-

SÉANCE DE RENCONTRE ET D'INFORMATIONS DE 45 MIN, ORGANISÉE POUR LE GROUPE APRÈS LES INSCRIPTIONS ET AVANT LE PREMIER ATELIER.

NOUS SOMMES RECONNUES ASCA POUR L'ARTHÉRAPIE ET L'HYPNOTHÉRAPIE AUPRÈS DE CERTAINES ASSURANCES COMPLÉMENTAIRES.

ATELIERS PAR CYCLE DE VIE* :

18-25 ANS | 26-35 ANS | 36-44 ANS | 45-55 ANS | 56 ANS ET +

*LES ATELIERS POUR LES ENFANTS ET ADOLESCENTS SERONT PROCHAINEMENT PROPOSÉS.



ON APPREND TOUJOURS
SEUL, MAIS JAMAIS SANS
LES AUTRES

PHILIPPE CARRÉ

KATIA CID

MAÎTRE PRATICIENNE
HYPNOSE & PNL
COACH PROFESSIONNELLE

CONTACT

T . 076 204 43 23
katia.cid@amanacer.ch

IBAN CH98 0076 7000 2553 4506 3

L'HYPERSENSIBILITÉ
EST UN TALENT

ARTICLE DE CHARLOTTE WILS



LES ATELIERS CRÉAPEUTIQUES

Pour vous qui vous avez une personnalité
hypersensible ou qui souhaitez harmoniser
vos sensibilités avec talent

CAR L'HYPERSENSIBILITÉ EST UN TALENT*

AMANACER.CH

AMA
NACER

HYPNOSES
EMDR DSA
RITMO
PNL

LES ATELIERS CRÉAPEUTIQUES

Des ateliers de rencontres, un voyage créatif et thérapeutique pour les enfants, adolescents, et adultes hyper connectés à leurs sensibilités et, ou, pour tous ceux qui souhaitent apprendre à connecter leurs sensibilités avec douceur. Les ateliers se réalisent à travers des rencontres de 2 heures, tous les 15 jours, sur 3 mois, soit un total de 6 ateliers créapeutiques, renouvelables.

Les ateliers sont imaginés et conçus pour vous permettre un temps d'échanges et de découvertes, pour un retour à vous, avec les autres et concevoir ensemble votre vision du monde, de votre monde. Le 3e atelier vous propose de mettre vos talents, compétences, qualités en pratique, autour d'un projet, personnel, familial, ou social, selon votre choix, vos motivations.

Après avoir développé à travers les rencontres des ateliers 1 et 2 vos forces, valeur, vos liens, le 3e atelier vous permettra de créer un projet concret de A à Z, en bénéficiant de l'intelligence collective du groupe.

TOUS LES SAMEDI

ADOLESCENTS ET ADULTES
1 ATELIER À THÈME EN PRÉSENCE
D'UN SPÉCIALISTE*

* PROFESSION CHOISIE EN FONCTION
DU GROUPE, DE SES BESOINS, DESIRS

LES MERCREDI APRÈS-MIDI

ENFANTS : 1 ATELIERS EN
EXTÉRIEUR, LAND ART OU
PRÉSENCE D'UN SPÉCIALISTE**

**CHOISI EN FONCTION DU GROUPE,
DE SES BESOINS, DESIRS

POUR

CRÉER ENSEMBLE
DES RELATIONS À SOI,
AUX AUTRES, ET AU MONDE

DÉVELOPPER SA CAPACITÉ
À RÉFLÉCHIR PAR SOI-MÊME
TOUT EN S'OUVRANT
À LA DIFFÉRENCE

DÉVELOPPER SA FLEXIBILITÉ
ET ADAPTABILITÉ TOUT EN
ANCRANT SON AUTHENTICITÉ
ET SINGULARITÉ

INTRODUCTION
À LA MÉDITATION
DE LA PLEINE CONSCIENCE

ACQUÉRIR DES PISTES POUR
RECONNAÎTRE SES TALENTS,
COMPÉTENCES, QUALITÉS

APPRENDRE À RECONNAÎTRE
SES ZONES D'OMBRES
ET LE POTENTIEL DE LEUR
MISE EN LUMIÈRE

LES ATELIERS SE DÉROULENT SOUS FORME DE PHILOSOPHIE APPLIQUÉE ET CRÉATIVE

1. Ateliers qui souhaitent vous accompagner vers un voyage intérieur, un retour à soi.
2. Ateliers pour imaginer et créer sa propre interaction au monde, à son environnement, à la nature, à sa nature.
3. Ateliers qui vont vous accompagner à cheminer vers l'autre, et vous permettre de vous observer dans ce mouvement perpétuel de soi à l'autre et de l'autre à soi : Une relation équitable, tout en équilibre et en mouvement.

LE CYCLE COMPLET DES ATELIERS EST CONÇU SUR 9 MOIS.

L'ENGAGEMENT SE RENOUVELLE, OU PAS,
TOUS LES 3 MOIS POUR L'ÉTAPE SUIVANTE,
SELON LES ENJEUX, ENVIES, LES BESOINS,
LES POSSIBILITÉS ET LES PRIORITÉS
INDIVIDUELLES

IL Y A 3 ÉTAPES DE 3 MOIS :

1^{ER} ATELIER DE 3 MOIS : LA CONCEPTION

ANCRER SES RACINES À TRAVERS SES VALEURS, ET PLANTER LES PREMIÈRES GRAINES.

2^È ATELIER DE 3 MOIS : LE DÉVELOPPEMENT

À TRAVERS LA PHILOSOPHIE APPLIQUÉE ET CRÉATIVE, IMAGINER ET GÉNÉRER DES PROJETS POUR TROUVER SA PLACE DANS UN MONDE ÉQUITABLE.

3^È ATELIER DE 3 MOIS : LA NAISSANCE/LA RÉALISATION

PLANIFIER CONCRÈTEMENT LES ÉTAPES D'UN PROJET SOCIAL, CHOISI PAR LE GROUPE OU UN PROJET INDIVIDUEL EN BÉNÉFICIANT DE L'INTELLIGENCE COLLECTIVE.



SOYEZ VOUS-MÊME,
LES AUTRES SONT DÉJÀ PRIS

OSCAR WILDE