

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »



« Process Thérapie & Musicothérapie »

Un Atelier alliant les techniques de la « Process Communication » et de la « Musicothérapie » pour offrir à ses participants les clefs du recentrage, l'amélioration de la connaissance de soi, la redécouverte d'une communication dans la vie personnelle et professionnelle « sereine et épanouie » en utilisant des outils ludiques et relaxants.

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »



LES ANIMATEURS DE L'ATELIER

Isabelle Dubourg



Formatrice spécialisée dans l'image de soi, Isabelle intervient notamment dans les stages de gestion du stress, sur les temps de détente et de modelage du corps.

4ème Dan Eurasia d'Aïkido

Formatrice de la méthode Ki-Yon-Te de dynamisation et de relaxation corporelle.

Isabelle Dubourg propose des massages de bien-être (réalisés à 4 mains avec Patrice ou avec les personnes qui veulent apprendre le Ki-Yon-Te), des ajustements de l'image de soi au travers du style de vêtements ou de modification de sa coiffure ou bien encore des temps de dynamisation corporelle par des exercices venus de l'Aïkido. Présentation rapide, parcours et implication sur l'atelier

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »



LES ANIMATEURS DE L'ATELIER

Patrice Dubourg

*Formateur en Communication et Développement personnel,
Superviseur en pratiques sociales et médico-sociales,
Consultant et coach, Psychopraticien,
Membre du Comité pédagogique du D.I.U. de Soins Palliatifs de Tours,
Auteur de « Découvrir et pratiquer la Process Com ». 2009, Ed Eyrolles,
Co-auteur de « Qualité de vie au travail et management participatif ». 2012, Ed Lamarre*

6 eme Dan Eurasia en Aikido

Titulaire d'une maîtrise de Psychologie,
Maître-Praticien en Programmation Neuro-Linguistique,
formateur certifié en Process Communication Management,
Enseignant certifié en Process Therapy Model,
Praticien en Hypnose Ericksonienne.



Patrice Dubourg propose, en fonction des demandes de chacun, des temps de développement personnel par la Process Thérapie, la P.N.L. (programmation Neuro-Linguistique) et l'Hypnose Ericksonienne.

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »



LES ANIMATEURS DE L'ATELIER

Céline Peltier



Chanteuse , musicotherapeute,
pratienne de massage aux bols chantants tibétains,
soins au gong et tambour chamanique.

Céline Peltier vous propose de prendre conscience de votre corps par la vibration, les sons, le souffle et la voix. Que nous procure la musique, la résonance? qu'est ce qu'elle réveille en vous? comment par l'écoute sonore profonde arrivons-nous à lâcher prise, à apaiser une problématique, à soulager les tensions inutiles psychiques et physiques. Céline vous propose un voyage au coeur des sons avec des exercices simples et ludiques, à la redécouverte de soi et des autres. Une autre façon de communiquer.

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »



LES ANIMATEURS DE L'ATELIER

Jean René Lourtet

Musicien professionnel,

Enseignant de « L'autre Méthode »



Jean René Lourtet vous propose un atelier de détente musicale basée sur vos propres créations. Il vous accompagnera sur ce chemin sonore qui est le votre et que vous pourrez expérimenter en leur donnant forme grâce aux instruments que Jean-René mettra à votre disposition.

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »



LA PROCESS THERAPIE

« La Process Thérapie", ça sert à quoi?

La Process Thérapie propose un mode de thérapie en fonction de sa personnalité. Chaque type de personnalité a ses codes, son langage, ses références propres, ses séquences de stress et sa façon d'appréhender le monde.

Le Process Communication Model® sert tout simplement à entrer en communication avec autrui en lui proposant un type d'accompagnement qui convient à la structuration de sa personnalité. En Process Communication Model®, nous nous attardons davantage sur comment dire que sur quoi dire...

La Process thérapie est une approche intégrative des autres psychothérapies, elle utilise à ce titre des techniques cognitives, émotionnelles, comportementales, corporelles, expérientielles ou représentatives en fonction de là où se trouve la personne dans son propre cheminement personnel.

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »



LA MUSICOTHERAPIE

« La Musicothérapie", ça sert à quoi?

L'outil musical permet d'accéder en douceur à la détente du corps et de l'esprit. Il nous reconnecte à nos sens et modifie notre état de conscience. La musicothérapie permet de soigner, soutenir ou rééduquer des personnes ayant des difficultés comportementales, relationnelles ou de communication. Elle s'adresse autant à des patients présentant des troubles psychoaffectifs, sensoriels, psychologiques que physiques. Il y a la musicothérapie active ou réceptive, la première propose à la personne d'explorer avec des instruments proposés et de laisser émerger les émotions, la seconde offre la possibilité d'écouter différentes musiques qui stimuleront les sens, l'écoute, les souvenirs et les émotions apportant détente et apaisement. La musicothérapie s'adresse aussi aux personnes souffrant de stress ou de troubles du sommeil. Elle est également conseillée lors d'une dépression, notamment parce qu'elle induit un état de détente et de relaxation propice au lâcher-prise.

« PROCESS, SONS ENSEMBLE »

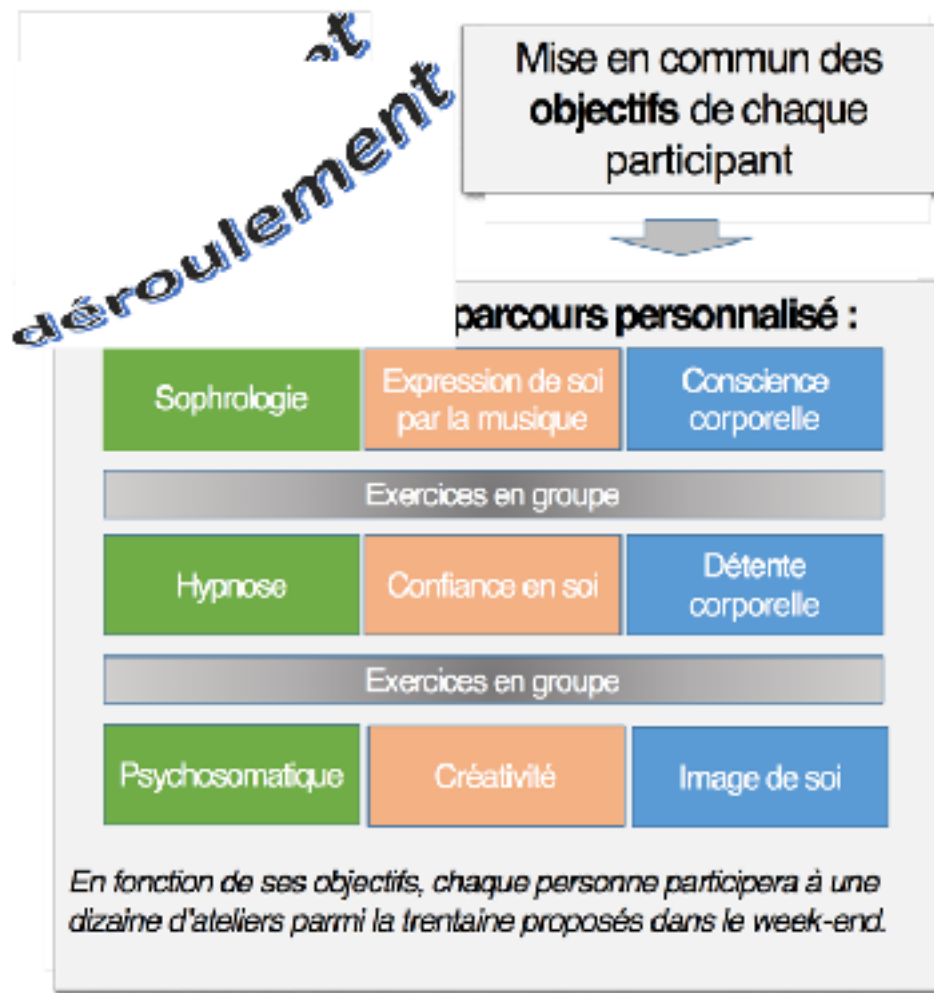


ALLIER LA PROCESS THERAPIE ET LA MUSICOTHERAPIE

Pourquoi ?

Sortir rapidement de ses zones de stress pour que vous expérimentiez pleinement les bienfaits de ces techniques avec un seul but : votre bien être.

La diversité de nos approches et la concordance de nos valeurs humaines nous permet d'offrir un éventail de pratiques toutes complémentaires les unes des autres. Vous pourrez trouver parmi les techniques corporelles, psychiques, émotionnelles, hypnotiques, énergétiques, musicales ou sonores proposées dans cet atelier les moyens d'une compréhension et d'une acceptation de soi



WEEKEND « BIEN-ÊTRE » : « PROCESS, SONS ENSEMBLE »

Le week-end propose une alternance de temps de découverte, de réflexion personnelle, de détente, de travail sur soi, d'échanges, d'exercices de groupe dans une ambiance à la fois studieuse, décontractée, joyeuse et musicale.

Nos quatre approches différentes du bien-être et de l'évolution personnelle s'harmonisent sur un point commun : le respect de chacun dans son implication, son propre parcours et de sa capacité à choisir ce qui est bon pour soi.



TARIF ET CONTACT POUR INFOS/ RESERVATION

Durée:

2 jours les 17 et 18 Juin 2017

Samedi: 10h/18h Dimanche: 9h/17h30 (max 18h)

Prestations complémentaires à l'atelier : repas et hébergement:

100€ de vendredi à dimanche (4 repas + 2 nuits avec 2 petits-déjeuner) à régler sur place (en dortoir, amenez votre duvet)

75 € du samedi au dimanche (3 repas + 1 nuit avec petit-déjeuner) à régler sur place (en dortoir, amenez votre duvet)

Tarifs: 210 euros par personne pour le stage

Contact:

Céline Peltier 06 08 01 22 89 celinepeltier516@gmail.com

Patrice Dubourg 06 13 50 35 33 dubourgpatrice37@gmail.com



accès et adresse:

Les Méliades, 864 rue Nationale 60110 ESCHES

www.lesmeliades.fr

Venir en Train

- Ligne Paris Nord - Beauvais
- Durée du trajet : 50 minutes
- A l'arrivée gare de Esches, descendre en direction du village, tourner à droite, dans la rue Nationale au niveau du parking.

Venir en voiture

- Rejoindre l'autoroute A 16
- Prendre la sortie Méru
- Esches est à 3 kilomètres (indication au premier rond point)
- Dépasser l'église à votre gauche
- Garer votre véhicule, quelques mètres plus loin, sur parking à droite
- Continuer à pied dans la rue Nationale, le numéro 864 se trouve à droite dans un renforcement après le numéro 8

- FICHE d'INSCRIPTION au week-end : « **PROCESS, SONS ENSEMBLE** »

les 17 et 18 Juin 2017

NOM :

PRENOM :

.....

Age : Sexe : H F

Adresse postale :

Adresse mail :

Votre objectif en venant à ce séminaire :

Quelles sont les thématiques qui vous intéressent dans le séminaire :

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Lâcher-prise | <input type="checkbox"/> Image de soi |
| <input type="checkbox"/> Confiance en soi | <input type="checkbox"/> Psychosomatique |
| <input type="checkbox"/> Détente corporelle | <input type="checkbox"/> Expression de soi (chant) |

Matériel à apporter:

- 1 peignoir, 1 drap de bain (140 x 70 cm), 2 petites serviettes (70 x 40 cm) 1 flacon d'huile de massage, Chaussons ou tongues.
- Bols tibétains personnels si vous en avez un, une chanson à partager avec le groupe qui vous tiens à coeur
- des feuilles et un crayon à papier ou des crayons de couleurs