

Reconnaître et développer ses ressources intérieures

Association L'Art de la Paix

16 janvier 2021 9h30-18h00

Nous avons tous des ressources intérieures, parfois oubliées, parfois sous-estimées. Apprendre à les reconnaître et les développer permet de se renforcer et d'être plus à même d'embrasser les fluctuations de la vie. Je vous invite à aller à leur rencontre et à les cultiver, ensemble, dans un atelier expérientiel et en petit groupe.

80€ la journée

55€ minima sociaux



LA FONTAINE DE L'AUBE - 11 Chemin de Lauris 84160 CADENET
www.lepetitprince.asso.fr/fontaine-de-aube



Fanny Ruiz : Musicienne dans une « première vie », j'ai exercé divers métiers : composition, jeu, enseignement, co-fondation et direction d'une école de musique associative, projets en établissements scolaires, voyages sonores...

Ce qui m'a le plus animé pendant ces 12 années de ce métier-passion : la **transmission**. **Accompagner**, **soutenir**, voir **se déployer** et prendre confiance en eux les élèves, au-delà de l'apprentissage de leur instrument, a toujours été source de grande joie.

Aujourd'hui, je souhaite aller plus loin en accompagnant des personnes dans l'**apaisement** de leurs difficultés, le **développement de leur potentiel**, le **déploiement de leur Être**.

- Formée à la Communication Non Violente (**CNV**), processus de **communication consciente** qui place au cœur de sa pratique la considération des **besoins** de chacun et ayant pour piliers : la **responsabilité**, l'**authenticité**, l'**empathie**.
- En formation à l'**Approche Centrée sur la Personne (ACP)** pour devenir psychothérapeute. Approche humaniste qui considère que l'**empathie**, la **considération positive inconditionnelle**, la **congruence** permettent de créer un climat propice pour vivre des relations de qualité.
- Je fais partie de l'Association Astrée : **j'accompagne** des personnes souffrant de solitude en **entretiens individuels** à travers l'écoute, l'ACP.
- J'interviens en collège pour des **sensibilisations** et **formations des élèves** à l'**écoute** et à la **qualité relationnelle**.

Infos et inscriptions :

06 22 68 26 92 - lartdelapaix8@gmail.com

Facebook/Instagram/LinkedIn : l'Art de la Paix