



Stages adultes 2022 printemps-été

A-Venir coaching Nathalie Sansonnens

Vous êtes en quête d'un moment de calme ou d'un temps de réflexion dans une période de vie mouvementée?

A-Venir coaching Nathalie Sansonnens est le moyen idéal pour vous accompagner si vous désirez prendre du recul et pour vous aider à réfléchir sur certaines situations qui vous semblent complexes.

La vie file à « mille à l'heure ». Nous avons peu de temps pour réfléchir à nos aspirations et à ce que nous désirons réellement. Nous sommes quotidiennement confrontés à des personnalités différentes. Ces différences entraînent parfois des difficultés, un sentiment d'être incompris ou pas entendu.

Pour débloquer une situation ou pour simplement se redécouvrir ou rêver, *A-Venir coaching Nathalie Sansonnens* vous propose des stages alliant une méthode innovante, pragmatique et efficace !

Moyens

Une demi-journée déconnectée de votre réalité personnelle, dans un cadre verdoyant, vous permettra de prendre le temps d'aborder des sujets en toute sérénité. Vous aurez ainsi le temps de réfléchir aux enjeux et possibilités de votre situation.

Les stages se déroulent en groupe de 4 maximum sur une demi-journée.

A-Venir coaching Nathalie Sansonnens vous accompagnera dans la prise de conscience des éléments en jeu, l'explicitation de ses émotions et des mécanismes à l'œuvre. A la fin du stage, vous disposerez de plusieurs pistes d'action concrètes et réalistes pour continuer à avancer !

Le partenariat noué entre le coach et le cheval vous permettra d'explorer la problématique avec un œil nouveau. La sensibilité du cheval mettra en lumière des possibilités auxquelles personne n'aurait pensé !



Programme

9h00-9h15 : Accueil, café-croissant
9h15-9h30 : Explication du fonctionnement d'un troupeau et des règles de sécurité
9h30-11h30 : Temps d'equicoaching suivant la thématique
11h30-12h00 : Débriefing
12h00 : Fin

Tarif

120 CHF la matinée de 9h00 à 12h00

Dates et thèmes

Adulte- samedi matin 2 avril 2022 : « se découvrir »
Samedi matin 14 mai 2022 : « entre femme »
Samedi matin 25 juin 2022 : « métro-bouot-dodo, besoin d'une pause »
Samedi matin 6 août 2022 : « poser mes limites »

D'autres dates seront agendées pour la fin de l'année 2022, restez connectés sur ma page Facebook [@avenirequicoaching](#), mon compte Instagram [@talyavenir](#) ou simplement par email.

Si aucune de ces dates ne fonctionnent pour vous, n'hésitez pas à me contacter par email, je regarderai pour créer une autre matinée de stage, si besoin, sur un autre jour de la semaine.

Lieu

Chemin de la Frouye 13, 1462 Yvonand

Vous êtes intéressés ?

Contactez-nous à nathalie.sansonnens@a-venir.ch ou au 076 822 19 04, www.a-venir.ch