



#### **4 demi-journées rythmées par :**

La *compréhension* du développement émotionnel et psychique de l'enfant, la construction des conditionnements et croyances.

L' *exploration* d'une façon délicate de ce qui est retenu dans le corps.

Des *pratiques* pour intégrer le processus de transformation

Des *marches silencieuses* au petit matin le long de l'Océan.

\*\*\*

Vous vous mettez à l'écoute de l'enfant que vous étiez et qui vit toujours en vous, pour l'aider à s'exprimer et communiquer avec lui.

De façon ludique, constructive et claire, vous allez vivre votre plus belle rencontre : vous !



***Retrouver les ressources de l'enfant qui est en soi***

#### **Avec la sophrologie :**

- Apprendre à respirer pleinement
- Prendre conscience de ce qui se passe dans le corps et l'écouter
- Sentir sa force intérieure

#### **Avec l'Analyse :**

- Comprendre la construction des blessures, des cuirasses et comment elles peuvent se défaire.
- Rétablir sa sécurité intérieure

**Sylvie VIGNACQ**

Sophro-Analyste - Maître praticienne  
[www.sylvie-vignacq.fr](http://www.sylvie-vignacq.fr)

Diplômée de l'Institut de  
Sophro-analyse à Paris  
[www.sophro-analyse.eu](http://www.sophro-analyse.eu)

auteur de "Les passerelles de Léo"

**TARIFS**

Séminaire : 280 euros  
repas samedi midi compris  
Hébergement sur place : 30 euros/nuit  
petit déjeuner compris

ou

Liste d'hôtels proches sur demande

Arrhes de réservation : 80 euros

**Contact :**

Sylvie Vignacq  
06 83 71 26 96  
[sk.vie@neuf.fr](mailto:sk.vie@neuf.fr)



Avenue du Lac  
40140 SOUSTONS



**Du 19 au 21 MAI 2017**  
de vend.15h au dim.13h

**A LA DECOUVERTE DE SOI**  
**RENCONTRER ET ACCUEILLIR**  
**SON ENFANT INTÉRIEUR**

Des clés pour se connaître  
et s'aimer

Dans un cadre chaleureux près de l'Océan  
à SOUSTONS (40)

