

## « OSER ETRE SOI »

Suite à l'enthousiasme rencontré lors du programme pilote, venez participer à ce nouvel atelier pour « Oser être vous-même » qui allie créativité, imagination, émotions, corps et voix.

Deux animatrices passionnées, totalisant environ un demi-siècle de suivi, de formations et d'expérience en développement personnel, tissent

### une formule inédite, sérieusement ludique : LEGO, corps, parole, créativité

Un vendredi soir et un samedi toute la journée pour vous mettre à l'écoute de ce qui fait sens pour vous. Une parenthèse hors du quotidien pour vous retrouver et peaufiner la direction à suivre.

#### DATES

Vendredi 29 avril 2016 de 18h30 à 21h30/22h00 et

Samedi 30 avril 2016 de 8h45 à 17h30/18h00.

Accueil le vendredi et le samedi, 30 min avant le début de l'atelier.

#### LIEU

Grande salle de St-Légier, Route des Deux-Villages 70, 1806 St-Légier.

Salle : Les Pléiades au 1<sup>er</sup> étage

#### TENUE

Confortable, chaussettes, natte de yoga (ou couverture), couverture pour les plus frileux/ses

#### BONUS

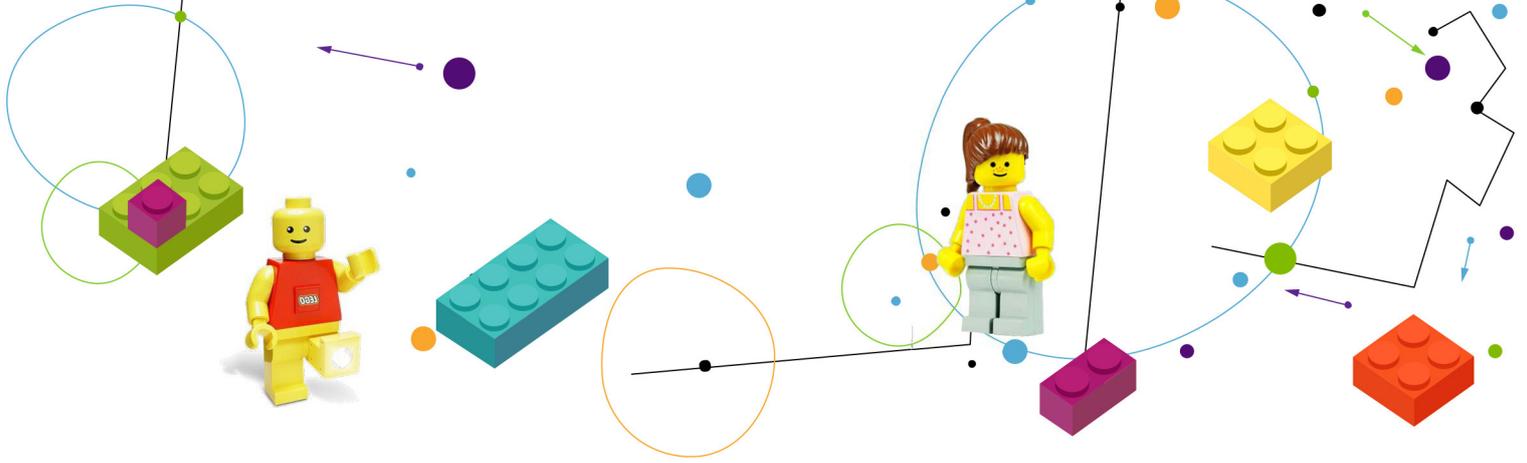
Votre bonne humeur, votre décontraction et votre intention

#### PRIX

CHF 250.-

#### ARRHES

CHF 100.- à verser sur le compte CH06 0900 0000 1254 4684 0 d'ici au 15 avril, le solde au début de l'atelier



## REPAS

Pauses café comprises dans le prix de l'atelier; apporter pique-nique pour le repas du samedi midi

## AU PROGRAMME

LEGO® SERIOUS PLAY®, intelligence corporelle et vocale, communication consciente, connexion à soi et à l'autre, autorité naturelle, des cartes, des couleurs, etc...

## NOMBRE DE PARTICIPANTS LIMITÉ À

16 participants

## INFORMATIONS ET INSCRIPTION AUPRÈS DE

Ana Maria Vidal, [amariavidal@amariavidal.com](mailto:amariavidal@amariavidal.com), 076/ 447 09 37

Ariane Wunderli, [ariane\\_wunderli@yahoo.com](mailto:ariane_wunderli@yahoo.com), 078/ 852 33 39

## ACCÈS

La grande salle se trouve, sur la gauche en montant, le long de la route principale traversant St-Légier

## EN TRAIN

depuis la gare de Vevey, prendre le train Vevey-Blonay-Les Pléiades. Descendre à St-Légier la Chiésaz et monter tout droit entre les maisons. Traverser la route principale et descendre de 30 m.

## EN VOITURE

3 min de la sortie autoroute Vevey et et 5 min. depuis la sortir autoroute Montreux. Places de parc derrière l'église.



## PROCHAIN RENDEZ-VOUS :

Vendredi (soir) 1<sup>er</sup> et samedi 2 juillet : L'Équilibre, une histoire de mouvement