

Ateliers

J'ARRÊTE DE RÂLER

CHRISTINE
LEWICKI

SUR MES ENFANTS

{et mon conjoint}

En 5 Modules animés par Laurence Amoura



Module 1

LA RALERIE COMME STRATEGIE DE COMMUNICATION

Nous avons tous
de bonnes raisons de râler.
Est-ce une bonne stratégie pour
obtenir ce que nous voulons ?



Module 2

FONDEMENTS

Les 5 distinctions indispensables
pour réussir à arrêter de râler
et accéder au potentiel de
bien-être dans notre famille.



Module 3

S'AFFIRMER SANS RALER

Quand nos principales râleries
émergent à cause de ce que
les autres font {ou ne font pas},
comment faire pour leur dire sans avoir
l'impression d'être rabat-joie ?



Module 4

PRENDRE SOIN DE SA SOURCE

En tant que parent {et conjoint},
nous nous oublions petit à petit
{alors on râle car tout nous irrite !}.
Ce module est destiné à remettre votre plaisir,
vos projets, vos rêves au cœur de votre vie !



Module 5

LE CHALLENGE

« 21 JOURS SANS RALER »

Comment ça marche et
comment arriver jusqu'au bout ?
Comment faire de ce challenge votre plus
grande fierté pour les années à venir
et une pierre fondatrice de votre nouvelle vie de famille !?

Renseignements et réservations:
www.rencontresheureuses12.com

organisé par



Prévente à la Maison du Livre de Rodez



DES INTERVENANTS INSPIRANTS EN AVEYRON
Conférences • Ateliers • séminaires