

# STAGE IMMERSIF 10-12 AVRIL 26

## « Poser ses limites solides et bienveillantes en associant son corps à sa parole »



**OSER DIRE NON  
en préservant le lien**

**DANS LA VIE PERSONNELLE  
COMME PROFESSIONNELLE**

[www.florencelamouret.fr/atelier-clair](http://www.florencelamouret.fr/atelier-clair) FLORENCE LAMOURET +33 670 893 809



# Qui suis-je ?



## AVEC DOUCEUR & EFFICACITE

J'ai appris à dire non avec ma tête. Un non réfléchi, poli, presque académique. Et puis, j'ai compris que le vrai non se vit dans le corps : dans les épaules qui se redressent, dans le souffle qui reprend sa place. J'ai travaillé à laisser ce non descendre, s'enraciner, s'incarner. La gêne s'est dissoute et depuis je peux dire un grand OUI à mes relations personnelles comme professionnelles tellement plus éprouvantes !

## FORMATRICE SOFT SKILLS ENSEIGNANTE MEDITATION



Florence Lamouret [Insight timer](#)

Paris, France

2.5k Followers



## COACH EXPERIMENTEE

Mes domaines de compétences sont centrés sur le développement de la personne et de l'intelligence relationnelle et du management.

J'étais formée au groupe d'études Carl Rogers, diplômée en ennéagramme, praticienne en hypnose, expérimentée en agility management, certifiée en CPS creative solving problem, facilitatrice du processus de danse "arbre des désirs et antécédents mythologiques"

## CE QUE TU VAS VIVRE

Te reconnecter à toi et t'exprimer avec authenticité, sans peur de blesser ou de t'oublier. Poser tes limites avec douceur et efficacité. Accueillir les variations émotionnelles sans te laisser submerger. Accueil VENDREDI cercle de transformation

### MATIN : COMMUNICATION

Samedi je descends dans mes profondeurs pour révéler mes aspirations  
Dimanche comment je pose mes limites en préservant le lien

**APRES MIDI DANSE INTEGRER** vivre dans le corps et le cœur, ce que la tête a compris  
**PRIX TOUT COMPRIS : 395 euros** animation hébergement restauration samedi dimanche

**SE CONNECTER A LA JUSTESSE DE NOS PROFONDEURS !**

Florence Lamouret 06 70 89 38 09

Inscription [www.florencelamouret.fr/parole-qui-danse](http://www.florencelamouret.fr/parole-qui-danse)