



Je vous présente avec joie et enthousiasme mon tout nouveau programme :

« Oser s'offrir la liberté »

C'est un *programme détecteur d'insatisfactions et déclencheur de liberté*,
Sur une *durée de 10 semaines* (du 15 mai au 18 juillet 2018) comprenant :

- ✓ 3 séances en individuel en ligne
- ✓ 8 séances collectives en ligne
avec replay
et support écrit
- ✓ un groupe Facebook privé

Les modules collectifs :

- ✓ Module 1 : Détecter nos insatisfactions, prendre conscience de nos constructions
- ✓ Module 2 : Notre enfant intérieur
- ✓ Module 3 : L'égo, notre frein à la liberté
- ✓ Module 4 : Accueillir et gérer nos émotions
- ✓ Module 5 : Se sentir aimé, s'aimer
- ✓ Module 6 : Accepter les contraintes
- ✓ Module 7 : Le couple intérieur
- ✓ Module 8 : La liberté intérieure dans le couple

Les séances ont une durée de deux heures et se font en petit groupe (maximum 6 personnes).

Ce format permet de vous transmettre un certain nombre d'informations, tout en respectant votre capacité d'intégration.

Qu'est-ce-que vous pourrez transformer avec ce programme ?

- ✓ Vous pourrez apprendre à quitter le contrôle, la plainte, l'enfermement que vous vous imposez, apprendre à dire «non».
- ✓ Vous apprendrez à devenir votre priorité et à aller vers plus d'autonomie.
- ✓ Vous pourrez vous offrir plus de joie, percevoir le monde ou l'autre avec plus d'amour, vous reconnecter à votre puissance intérieure.

Valeur du programme 1 500 €

Je propose ce programme à 987 €

Jusqu'au 4 mai 2018

Paiement en 1 ou 3 fois sans frais

Appel découverte

- Bénéficiez d'un appel découverte via Zoom, de 30 mn avec moi.
- Contactez-moi par mail : benedicte@bcoutant.fr
- Je réserverai des plages horaires dans les deux semaines qui arrivent.