

## Stage annuel

Ce stage de 19 séances de 3 heures se déroule tous les 15 jours de septembre à juin.

Afin de favoriser l'épanouissement de chacun-e dans la confiance et dans le lien à l'autre, l'engagement et la présence de chacun-e est demandée à chaque séance.

La régularité des rencontres crée une dynamique qui favorise le soin, l'expérimentation et l'apprentissage de nouvelles manières d'être en relation avec soi-même, les autres et la vie.

**Lieu du stage : L'OVNI 18 bis rue Saint Martin à Saint Omer**

**Coût :** 50 € la séance de 3 heures

**Dates :** Les vendredis de 14h à 17h : 22/09, 6/10, 20/10, 10/11, 24/11, 1/12, 22/12, 12/01, 26/01, 9/02, 23/02, 15/03, 30/03 (samedi de 9h à 12h), 5/04, 12/04, 10/05, 30/05, 07/06, 21/06.

*Pour vous inscrire au stage, merci de prendre contact par téléphone ou par mail*

**Myriam Mouchie**

**06 98 55 54 49**

[myriam.mouchie@orange.fr](mailto:myriam.mouchie@orange.fr)

**Se découvrir, oser être soi,  
réaliser ses projets,  
ne plus avoir peur du regard de l'autre,  
sortir des relations conflictuelles, être en  
paix avec soi-même et les autres...  
C'est possible !!!**



**Stage animé par  
Myriam Mouchie**

**Psychopraticienne, thérapeute familiale et conjugale, hypnothérapeute  
Formatrice en Analyse Transactionnelle et en Analyse Systémique**

Ce stage est destiné à toute personne désireuse d'avancer en conscience vers soi, avec profondeur et légèreté.  
Pas de prérequis nécessaire si ce n'est l'expérience de la vie !

### **Mon invitation :**

Je vous invite, dans un espace accueillant et bienveillant, à partager nos doutes, nos peurs, qui nous empêchent d'être pleinement qui nous sommes, et nous freinent dans la réalisation de nos projets, dans notre envie de croquer la vie à pleines dents.

Le groupe que nous formerons sera un lieu de soutien, favorisant l'expression de chacun-e.

Il favorisera la découverte de qui nous sommes et de notre fonctionnement.

Le groupe est ouvert à 6 personnes, hommes et femmes.

### **Lieu d'échanges :**

Chacun-e pourra progressivement être soi-même, oser dire ses désirs, ses peurs, ses douleurs.

Le groupe est un lieu de résonance.

Quand une personne s'exprime, chacun-e est touché-e à sa façon.

Des émotions s'expriment, des prises de conscience émergent.

Peu à peu chacun-e découvre les messages qui le/la contraignent et les injonctions qui l'inhibent.

Et puis, chemin faisant, la personne se découvre des ressources qui l'aident à ouvrir de nouvelles portes et lui permettent de prendre de nouvelles décisions pour sa vie.

### **Lieu d'expérimentation :**

A partir de propositions ludiques et créatives, de nouvelles manières d'être en relation s'expérimentent.

Avec l'éclairage de l'Analyse Transactionnelle et de l'Analyse systémique, nous comprendront nos conditionnements pour mieux en sortir.

### **Lieu cocon :**

L'OVNI avec son jardin arboré et sa yourte est un lieu propice pour se sentir en paix et être à l'écoute de soi et de l'autre. Chacun-e puise dans le groupe et le contact avec la nature l'énergie bienfaisante et sécurisante pour ensuite tracer sa route.

**Au plaisir de vous rencontrer,**



**Myriam Mouchie**

