

ATELIER
29&30/03

Le Temps Suspendu
MURET



**BESOIN DE SENS?
TROUVEZ VOTRE VOIE!
ENVIE DE CLARTÉ ET DE
DIRECTION?
CET ATELIER EST POUR
VOUS!**

@SOLUTIONSHPIPTDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON
Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -
www-1lcommunication.com/ www.solutionshpiptdahatypies.com



**VOUS
SENTEZ-VOUS
BLOQUÉ?**

**Vous avez besoin
de prendre du
recul pour faire le
point ?**

ÇA VOUS PARLE?



@SOLUTIONSHPITDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON

Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -

www-1lcommunication.com/ www.solutionshpitdahatypies.com



**Vous êtes en
quête de clarté,
de sens, de
direction dans
votre vie pro,
perso ou les 2?**



**Je fais le point sur ce
que je veux vraiment le
temps d'un week-end**



@SOLUTIONSHPITDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON
Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -
www-1lcommunication.com/ www.solutionshpitdahatypies.com



TEMPS POUR SOI: TROUVER SA VOIE

Rejoignez un atelier transformateur de 2 jours conçu pour vous aider à clarifier votre voie, à vous reconnecter à vos aspirations profondes et à élaborer un projet de vie personnel / professionnel aligné avec vos valeurs.

Deux jours d'immersion totale pour faire le point, vous orienter et donner un sens profond à vos projets de vie



**ALIGNÉZ-VOUS SUR CE
QUI VA NOURRIR VOTRE
ÉPANOUISSEMENT DANS
TOUS LES DOMAINES DE
VOTRE VIE**

@SOLUTIONSHPITDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON

Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -

www-1lcommunication.com/ www.solutionshpitdahatypies.com





OBJECTIFS DE L'ATELIER

1

Situation Actuelle

Faites le point.

2

Valeurs

Identifier vos valeurs profondes

3

Aspirations

Clarifier vos aspirations

4

Plan d'action

Sortez de ces deux jours intensifs avec

Élaborer un plan concret

- un projet clair
- des actions précises

@SOLUTIONSHPTDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON

Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -

www-1lcommunication.com/ www.solutionshptdahatypies.com



Programme

Exploration et Action



Jour 1: Exploration Intérieure

- État des lieux
(revisiter des moments agréables de l' enfance, l'adolescence et de l' adulte d'aujourd'hui)
- Mise en lumière de ce qui nous anime
(ce qui est important pour nous, qui donne du sens dans nos actions, à notre vie...) avec un focus sur nos valeurs

Jour 2: Projection et Action

- Prise de recul, Réflexions, reconnexion, choix
- Projection vers le futur
- Définition de notre nouveau projet de vie aligné avec notre être
- Rédaction des actions à mettre en place
- Choix des objectifs prioritaires
- Alignement à ce qui va nourrir notre projet de vie
- Engagement avec soi-même
- Création de son projet de vie visuellement

@SOLUTIONSHIPTDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON

Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -

www-1lcommunication.com/ www.solutionshipitdahatypies.com





MÉTHODOLOGIE



Introspection Exercices et visualisation



Interactions
Travaux de groupe et échanges



Outils

- Solutions pragmatiques : PNL (programmation neurologique)
- Hypnose
- Coaching
- Modèle Hudson transition de vie



Personnalisé

@SOLUTIONSHPTDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON
Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -
www-1lcommunication.com/ www.solutionshptdahatypies.com



PLACE LIMITÉES



Pour toute inscription
avant le 10 mars

~~210€~~ → 190€

~~170€~~ → 170€

JE M'INSCRIS



 Réservez dès maintenant votre place pour ce week-end intense

06 08 41 03 55

roquespatricia@mail.com

Date : 29&30 mars 2025

lieu : MURET

Le Temps Suspendu

142 Av des Pyrénées

horaires: de 9h30 -12h30/ 13h30-17h30

TARIF: 2 jours (14h) : 210€

(Tarif réduit sous justificatif, étudiant, personne en recherche d'emploi

190€)

@SOLUTIONSHPIDAH



COACHING/PNL/HYPNOSE ERICKSONNIENE/EFT/MODÈLE HUDSON

Formatrice/ Patricia Roques -06 08 41 03 55 -

www-1lcommunication.com/ www.solutionshipitdahatypies.com

