

## INFORMATIONS

 Visio-conférence

 Début le mardi 09 février 2021

 DURÉE : 01:00

**PROFILS :** Créatrice de bien-être - Conseillère Fleurs de Bach

**PRE REQUIS :**

Aucun

**MATERIEL :** Aucun

**CODE ACTIVITÉ :** 5MO876

**Prix :** 58.00 €

## DESCRIPTION

La période actuelle suscite beaucoup d'émotions tant elle chamboule nos vies et bouleverse notre quotidien.

Cela génère stress anxiété et angoisse.

Je ne peux pas changer cette période mais je peux vous apporter une solution grâce à l'utilisation de la méthode des Fleurs de Bach afin de vous accompagner dans la diminution et l'apaisement du stress, de l'angoisse et de l'anxiété.

Lors cet atelier, nous aborderons

- \* La compréhension du processus de stress, d'anxiété et d'angoisse et ses conséquences sur votre corps, vos émotions et votre quotidien
- \* La description de la méthode des Fleurs de Bach et toutes ses possibilités (objectifs, résultats, posologie, durée, etc...)
- \* La découverte des Fleurs de Bach principales qui peuvent aider à apaiser le stress, l'anxiété et l'angoisse

Cet atelier se compose de 6 cours d'1 heure en visio. Chaque heure aura une partie d'enseignement et une partie de temps d'échange pour répondre à vos questions. Il est important pour moi que l'enseignement puisse être personnalisé.

Si vous ne pouvez pas participer à l'une ou l'autre séance, un replay de la séance manquée vous sera envoyé afin que vous puissiez rattraper le cours pour la semaine suivante.

Possibilité d'accéder au replay, si vous n'êtes pas disponible à l'une des dates ;-)



# Diminuer le stress, l'angoisse et l'anxiété grâce à la méthode des Fleurs de Bach

 Mme LEDIG Françoise

## OBJECTIFS

Être capable de choisir, de façon autonome, les Fleurs de Bach permettant d'accompagner le stress l'angoisse et l'anxiété et de maîtriser la prise de ces élixirs floraux.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	09-02-2021	18:30	01:00	VISIO-ATELIER
Mardi	16-02-2021	18:30	01:00	VISIO-ATELIER
Mardi	23-02-2021	18:30	01:00	VISIO-ATELIER
Mardi	02-03-2021	18:30	01:00	VISIO-ATELIER
Mardi	09-03-2021	18:30	01:00	VISIO-ATELIER
Mardi	16-03-2021	18:30	01:00	VISIO-ATELIER