



voie de l'écoute

Stage de 4 jours

Changer notre rapport à la nourriture

Animé par Jean-Philippe Faure et Muriel Hemelsoet

Site Internet www.voie-de-l-ecoute.com

17, rue Hanzée
1495 Tilly – Belgique
T +32 [0] 71 81 08 06

jpfaure@bluewin.ch
www.voie-de-l-ecoute.com

Dates Du jeudi 23 février, à 11 heures
au dimanche 26 février 2012, à 17 heures

Lieu À Tilly (commune de Villers-la-Ville), près d'Ottignies, en Belgique

Prix 400 € pour la formation et pour la nourriture

Hébergement : Possibilités (limitées) sur place, sinon dans les environs

Renseignements Auprès de Muriel Hemelsoet
Téléphone 00 32 (0)71 81 08 06
Courriel muhemselsoet@hotmail.com

Page 1

Stage résidentiel de quatre jours

À travers notre façon de manger se dévoilent nos compensations et nos tensions refulées. S'il est souvent si difficile de modifier notre alimentation, c'est que les besoins que nous nourrissons à travers la nourriture sont très divers.

Nous mettrons en lumière nos besoins cachés. Leur accueil bienveillant nous aidera à modifier nos pratiques alimentaires insatisfaisantes. Nous regarderons comment entrer dans ce changement avec le maximum de souplesse, dans le respect de nos limites et en évitant le piège des exigences paralysantes.

Nous utiliserons aussi un travail non verbal, au moyen de tests sensoriels et de jeux, afin de différencier nos besoins (toujours vivants) de nos envies (souvent néfastes). Les repas durant ce stage serviront de terrain concret d'expériences.

Jean-Philippe Faure et Muriel Hemelsoet explorent les multiples applications de la CNV dans le quotidien, enrichies par leur pratique de yoga.

Site Internet www.voie-de-l-ecoute.com

Site Internet www.murielhemelsoet.be



voie de l'écoute

Renvoyez le bulletin
ci-dessous:
à Muriel Hemelsoet
Courriel: muhemselsoet@hotmail.com
00 32 (0)71 81 08 06

17, rue Hanzée
1495 Tilly – Belgique
T +32 [0] 71 81 08 06

jpfaure@bluewin.ch
www.voie-de-l-ecoute.com

Page 2

Bulletin d'inscription

Changer notre rapport à la nourriture

| | |
|---------------------|--|
| Nom | |
| Prénom | |
| Adresse | |
| Code postal | |
| Localité | |
| Téléphone(s) | |
| Fax | |
| Courriel | |

À renvoyer à Muriel Hemelsoet – 17, rue Hanzée – 1495 Tilly
courriel muhemselsoet@hotmail.com

Je m'inscris au stage du 23 au 26 février 2012 sur « Changer notre rapport à la nourriture »

Je souhaite réserver place(s) pour le logement à 10 euros la nuit par personne.

Pour les Français, veuillez joindre un chèque d'arrhes de 100 €, à l'ordre de Jean-Philippe Faure.

Date :

Signature :