

## ANIMATION MENSUELLE

# « OSER LE CHANGEMENT »

Ateliers animé par Anne Hodique

**Samedi 22 février 2020 – 9H30 à 12H**

**« Je me connecte à ce qui fait sens pour moi »**

*Avec la création de mon tableau de vision  
(important : venir avec catalogues, images, colle, ciseaux)*

**Samedi 11 avril 2020 – 9H30 à 12H**

**« Je réfléchis à mon projet »**

*Avec l'Arbre de Vie (outil issu des Pratiques Narratives)  
(important : venir avec feutres et crayons de couleur, papier, stylo)*

**Samedi 30 mai 2020 – 9H30 à 12H**

**« Je développe mes intuitions »**

*Avec les jeux de développement personnel (nouveaux jeux)*

**Samedi 13 juin 2020 – 9H30 à 12H**

**« Je colore ma vie personnelle et professionnelle »**

*Avec la symbolique des couleurs*

**Samedi 4 juillet 2020 – 9H30 à 12H**

**« Je prends soin de moi et de la relation »**

*Avec les 5 Accords Toltèques*

**Au cours de ces ateliers, vous allez :**

- Découvrir des outils de développement personnel,
- Explorer vos pistes de changement,
- Envisager leur concrétisation dans votre quotidien pour être ainsi plus épanoui(e),
- Partager des moments d'échanges, de jeu, de création et de réflexion.

**Participation : 15 € l'atelier de 2H30**

**Renseignements et inscription : au 06 11 53 61 76 ou mail [annehcoaching@laposte.net](mailto:annehcoaching@laposte.net)**

*Coach professionnelle, Conseillère en Image et Créatrice  
de jeux exploratoires, je suis depuis 5 ans formatrice  
de changement pour une vie plus épanouie et heureuse.  
Passionnée par l'humain, j'accompagne en individuel  
et j'anime également des ateliers*



**Anne Hodique**

*Coach professionnelle &  
Conseillère en Image  
Tél : 06 11 53 61 76  
[www.annehcoaching.fr](http://www.annehcoaching.fr)*



**Bio Saveurs**

*30 Bis, Route d'Heyrieux  
69780 Mions  
Tél : 04.37.25.93.19  
[www.bio-saveurs.com](http://www.bio-saveurs.com)*

