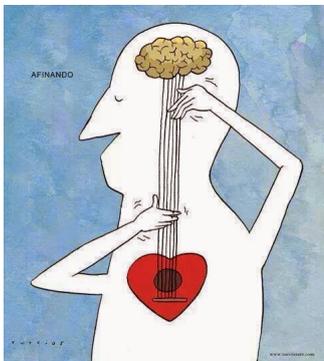


## **STAGE DE BIODANZA à LILLE**

**« AU CŒUR DE NOS EMOTIONS ET DE NOS BESOINS »  
LILLE BIODANZA, LE 27 ET 28 AOUT 2016**



*Etre vivant , c'est ressentir , avoir des émotions et des besoins.*

*Les émotions ont une fonction vitale, en leur cœur, se cache le message d'un besoin.*

*Lorsqu'il n'est pas satisfait , il engendre une souffrance qui s'exprime à travers les émotions.*

*Vouloir gérer une émotion , la maîtriser ou parfois la refouler revient à mettre un couvercle sur nos besoins vitaux.*

*Les émotions accaparent notre énergie tant que nous n'arrivons pas à nous relier de façon empathique aux besoins qu'elles expriment.*

*En portant mon attention sur mon besoin , je porte mon attention sur la Vie elle même , m'offrant ainsi , une chance de trouver une façon plus écologique de le satisfaire.*

*Un « je suis en colère parce que tu/ il / elle... » devient un « Je suis en colère parce que j'ai besoin de... » Etre à l'écoute de mes besoins me redonne du pouvoir et du bien être.*

**CCA de La Madeleine, salle Degas 1<sup>er</sup> étage**

**10h 30 –18h30**

**PAF : 120\* € si inscription avant le 14 AOUT 2016**

**130\* € après**

(chèque d'acompte, non encaissé, de 40€ faisant office d'inscription)

Repas du midi sous forme d'auberge espagnole (chacun apporte un repas salé ou sucré à

## LILLE BIODANZA « AU CŒUR DE NOS EMOTIONS ET DE NOS BESOINS »

Écrit par Administrator

Lundi, 11 Juillet 2016 04:49 - Mis à jour Mardi, 12 Juillet 2016 08:45

---

partager)

Inscription auprès de **MARIE-PIERRE** au **06 30 35 44 29**

Anugraha59mp @ yahoo.fr