

Animée par Jean Bertier Coach, médiateur, Spécialiste de la Résolution Emotionnelle

Adultes, Parents, Ados concernés par le haut potentiel, nous vous proposons une initiation en ligne pour vous rendre autonome en Résolution Émotionnelle, une démarche tournée et accompagnée par le fait d'accepter ce qui est pour permettre la re-solution de ce qui doit être.

Après 1h30 de formation et 1h30 de debrief et de cas particuliers (2 séances à 15 jours d'intervalle), **vous pourrez traiter en autonomie simplement et durablement les émotions qui vous gênent et perturbent votre vie.**

Cette initiation permet de mettre fin à certaines de vos émotions perturbantes et/ou en vous donnant une clé pour gérer ces émotions différemment. Présentation [ici](#)

La Résolution Émotionnelle peut vous aider pour traiter **tout type d'émotion désagréable.**

- Les **peurs ou phobies** (animaux en tous genres, transports au sens large, le noir, le vide ...)
- Les **sensations ou sentiments désagréables** (angoisse, anxiété, jalousie, tristesse, infériorité, culpabilité ...)
- Les **comportements inappropriés** (blocages, trac paralysant, timidité, TOC, addictions et compulsions, violences ...)
- Les **réactions physiques** (vertige, maux de tête/ventre, nausée, allergies ...)

Participation aux frais pour les 2 séances : Adhérent : 5,00 € Non adhérent : 10,00 €

Dates/Horaires :	Séance 1 « Adultes »	27 Avril 2021	20h30 – 22h00
	Séance 1 « Enfants à partir de 10 ans »	29 Avril 2021	18h30 – 20h00
	Séance 2 « Debrief (tout le monde) »	10 Mai 2021	18h30 – 20h30

Renseignement : afep.contact@afep.asso.fr

Inscription obligatoire

<https://www.billetweb.fr/x21-205-ace>

