

Bulletin d'inscription

Je souhaite m'inscrire pour participer au groupe
"confidences de femmes" sur La Baule.

Prénom.....

NOM.....

Adresse.....

.....

.....

.....

.....

Téléphone.....

Mobile.....

email.....

Bulletin à retourner à l'adresse ci-dessous. Sonia vous confirmera votre participation après un échange téléphonique, l'inscription sera validée par un chèque d'acompte.

Le groupe sera constitué de 5 à 6 personnes maximum afin de permettre un vrai temps de parole à chacune.

Sonia Fillaud - Dubois

86, Quai de Jemmapes 75010 Paris

06 14 08 03 81

sonia@miroirconsulting.fr

http://www.miroirconsulting.fr

Miroir Consulting
WILLOIL CONSULTING



Sonia Fillaud Dubois

" Titulaire d'un Certificat Européen de Psychothérapie, j'exerce en cabinet sur Paris depuis 13 années en tant que

Gestalt-thérapeute et coach de l'image de soi... J'interviens régulièrement comme formatrice auprès de groupes de particuliers et en entreprise. Mon parcours professionnel me permet d'aider la personne à être cohérente entre ce qu'elle est et ce qu'elle montre, ce qui va l'aider à clarifier et fluidifier ses relations aux autres."

Conception et mise en page : "Un Autre Regard" 06 89 87 06 51

Infos pratiques

Le tarif de cette formation de 8 mois : 720 euros soit 90 euros par atelier pour 5h de coaching autour d'un apéritif dînatoire.

Vous serez accueillies chez Ghislaine au 67 Bd Caillaud à La Baule de 18h30 à 23h30, 1 fois par mois les : 18 novembre, 16 décembre, 10 janvier, 10 février, 31 mars, 28 avril, 19 mai, 23 juin...

Ces dates seront confirmées après consultation des participantes en fin d'atelier.

Rejoignez-nous pour un moment privilégié et ressourçant

Sonia est signataire de :

- La charte " Accompagner par l'éthique"
- La charte "Art développement"
- Le code de déontologie de l'association européenne de Gestalt-Thérapie"

" Confidences de femmes "

Groupe de parole féminin

Animée par Sonia Fillaud Dubois

Gestalt-thérapeute en cabinet sur Paris, formatrice - coach spécialiste de l'image de soi.



Sonia anime un groupe au 67 Bd Caillaud à La Baule

Ateliers de développement personnel

Un vendredi soir par mois sur La Baule

Dans une ambiance conviviale vous échangez sur de multiples sujets, choisis par vous et qui concernent les femmes.

Ces ateliers, animés par une professionnelle, vous permettent de faire une réelle prise de conscience individuelle et collective.

Sous la conduite de Sonia, avec bienveillance et sans jugement, vous abordez simplement vos préoccupations en toute confidentialité. Vous profitez des conseils d'une thérapeute, et de la force du groupe pour cheminer vers plus de sérénité.

Si vous avez des questions n'hésitez pas :

06 14 08 03 81

"Confidences de femmes"

Groupe de parole féminin

L'approche thérapeutique de la Gestalt est basée sur la prise en compte de la dimension unique de chaque personne, elle permet de retrouver un contact avec ses émotions et de prendre conscience de notre réelle coresponsabilité dans toutes nos relations.



Pourquoi venir dans un groupe de Gestalt purement féminin?

Pour échanger en toute liberté sur des sujets typiquement féminins et sur lesquels nous sommes toutes impliquées. Avec l'aide et l'expertise de Sonia, vous exposez vos situations, exprimez vos ressentis, suscitez des interrogations, des points de vue, et vous partagez vos expériences. Le groupe est "miroir", cette interaction facilite les prises de conscience de chacune.

Vous trouvez une compréhension, un éclairage nouveau sur ce qui vous semble bloqué. Vous découvrez une façon de communiquer et d' "être" qui renforce la confiance en soi. Vous apprenez à optimiser votre apparence pour développer votre créativité et mieux affirmer votre personnalité.

Le groupe est soutien, révélateur et porteur d'énergie.

Les thèmes le plus souvent abordés :

- les relations affectives et familiales (couple, enfants, famille recomposée,...)
- le domaine professionnel : (les rapports aux autres, au supérieur, les changements de profession,...)
- l'estime de soi,
- l'image de soi,
- la dépendance affective,
- la culpabilité,
- la gestion du stress,
- la perte de sens,...

Pour le 18 novembre le thème proposé :
Vous avez par moment des doutes sur vos choix de vie et sur votre capacité à prendre votre place dans le monde...

A la fin de chaque atelier nous déciderons ensemble du thème de la prochaine séance.

"Témoignages"

"Grâce à Sonia et à l'outil qu'est la Gestalt je me suis reconnectée à mon être profond en rejouant certaines scènes de ma vie. J'ai pu les analyser et mieux les comprendre. J'ai pu aussi exprimer mon ressenti, mes émotions ainsi que mes besoins, en toute conscience, dans un climat de confiance et de grande bienveillance"

Camille- PARIS

"Confidences de femmes est un moment qui nous est réellement dédié, moment d'échanges et de partage à coeur ouvert sous le regard et l'écoute sincère de chacune d'entre nous. Sonia m'a ouvert ce moment "bulle" qui m'a permis d'exprimer mon ressenti."

Christelle - PARIS

" En ce qui me concerne, j'ai fait une thérapie Gestalt pendant plusieurs années auparavant ce qui m'a beaucoup aidé à évoluer et à me transformer. Ce rendez-vous mensuel avec Sonia et le groupe m'a permis de faire une transition en douceur avant de voler de mes propres ailes. Jouer une situation me fait mieux comprendre mes émotions, et ainsi change de manière imperceptible la façon dont je vis et j'interagis avec les autres. Les relations se transforment alors d'elles-mêmes. C'est un vrai plaisir à chaque fois de retrouver ce groupe bienveillant et l'accueil chaleureux de Sonia."

Sabine - ST GERMAIN EN LAYE