

Conférence active

Porter un regard sur SOI et nos enfants

*Changer de regard, s'ouvrir à soi et à ses émotions
afin de mieux comprendre nos enfants !*

Réflexions et pratique pour construire son bien-être.

Cette conférence, basée sur l'échange, vous permettra de porter un autre regard sur vos enfants, en apprenant tout d'abord à porter un regard sur VOUS, sans culpabilité. Il est important de se regarder avec honnêteté, d'accepter ses envies, ses besoins et de les respecter pour améliorer son quotidien. Cela vous permet de mieux vivre avec vos enfants et de pouvoir les accompagner sereinement dans la construction de leur vie.

Quelques pistes vous seront données avec une mise en pratique et en mouvements selon la dynamique du groupe.



Laure CHÉNEAU

Thérapeute familiale & soins énergétiques

« Aujourd'hui énergéticienne, pratiquant le massage intuitif, la gymnastique de l'éveil (éveil au corps et à l'esprit), j'interviens dans les écoles, dans les familles pour amener à la prise de conscience des schémas intérieurs qui influent sur notre corps et notre environnement.

Maman de 3 enfants, professeur des écoles pendant 10 ans, mon expérience personnelle et professionnelle me permette aujourd'hui d'avoir un autre regard sur moi, sur mes enfants, sur les autres et de donner des pistes pour que chacun évolue en autonomie vers son bien-être. »