



Hypnosejura
Christophe Marquis

Soirées d'autohypnose 2020 - 2021, les prochains thèmes :

Mercredi 1^{er} juillet 2020 - Booster son immunité

Renforcer son système immunitaire pour être en pleine santé.

Mercredi 5 août 2020 - Douleurs, apprendre à les gérer

Mieux vivre avec ses douleurs, gérer les émotions qui sont liées aux douleurs ou à la maladie, se créer un lieu de non-douleur.

Mercredi 2 septembre 2020 - Hypersensibilité et émotions (niveau 1)

Accueillir, expérimenter et gérer les émotions qui sont liées à l'hypersensibilité ou aux situations émotionnelles.

Judi 1^{er} octobre 2020 - Oser ETRE SOI

Mieux vivre avec qui je suis. Se positionner et prendre sa place.

Judi 5 novembre 2020 - Enfance maltraitée

Troubles de soi et vide affectif.

Judi 3 décembre 2020 - Soirée spéciale Couple

Amour, désir, relation et sexualité. Chaque aspect sera abordé.

Judi 7 janvier 2021 - Développer son imaginaire et sa créativité

Une véritable boîte à outils pour libérer son pouvoir créatif.

Judi 4 février 2021 - Relation à soi et à l'autre.

Créer des liens, donner et recevoir. Avec soi et avec l'autre.

Judi 4 mars 2021 - Stress et peurs des examens

Structurer la préparation aux examens, programmer la réussite et gérer les émotions qui y sont liées.

Judi 1^{er} avril 2021 - Retrouver un bon sommeil

Se réveiller en forme et avoir de l'énergie pour la journée.



Horaire : De 19 h 30 à 21 h

Lieu : Depuis chez vous, séance par Zoom

Prix : 15.- par soirée, commandez votre place

Inscriptions :

Par le site internet à l'adresse :

www.hypnosejura.ch

Par téléphone : 032 422 08 69 ou
077 402 17 08

