

Atelier de méditations guidées adaptées à chaque fonction (enseignants.es, parents, thérapeutes, éducateur.trice,..)

Atelier de méditations guidées sur-mesure adapté à un équipe d'enseignants.es, de thérapeutes, de parents, ou autres.

Le groupe éducatif ou la personne responsable choisi une thématique sur laquelle il souhaite mettre l'accent (Le bien-être de chacun, l'ambiance au sein de l'équipe, la confiance en soi, les difficultés de communication particulières,...). Ensuite, je crée les méditations en fonction des besoins et je viens les réaliser avec vous et votre équipe.

Les participants sont dans une position de réceptivité simple durant le temps de méditation ou, si vous le souhaitez, il est possible qu'ils soient dans une position d'acteurs, soit en mouvement, soit dans une création.

L'atelier comprend:

- Deux séances de méditations guidées de 50 minutes dans votre lieu (ou un lieu choisi) selon la thématique définie à l'avance avec vous. Les deux séances sont espacées de deux à trois semaines. L'une permet un nouveau mouvement dans la dynamique et l'autre permet de solidifier ce nouvel élan.
- Le déplacement dans le canton de Fribourg. (60ct/km, hors canton de Fribourg, depuis la limite cantonale)
- La possibilité d'enregistrer la médiation et de la réutiliser au besoin.

Réservation et mise en place: par mail (info@heloise-savary.ch) ou par téléphone (079 797 11 94)

Tarif: 240 CHF/EUR (Le paiement se fait par versement IBAN: CH72 0839 0038 6663 1000 0)