

2020 - 2021

On ne sait comment nommer ce qui vous pousse. Quelque chose en vous grandit et détache les amarres, jusqu'au jour où, pas trop sûr de soi, on s'en va pour de bon.

Nicolas Bouvier
L'usage du monde



**Ateliers
de Croissance
Personnelle**

Oser se construire pour mieux vivre
avec soi-même et avec les autres.

Ateliers de Croissance Personnelle

06 16 89 90 27

contact@a-c-p.info

1a place des orphelins, 67000 Strasbourg

www.a-c-p.info

Qui sommes-nous ?

Les Ateliers de Croissance Personnelle fondés en 1990 par Robert et Sylvie Murit animent des stages de communication et de développement personnel, ayant à cœur de permettre à toute personne de découvrir et de mettre en œuvre la richesse de son potentiel intérieur, et d'améliorer ses capacités relationnelles.

Nous cherchons à favoriser à travers toutes nos activités un esprit de convivialité et de simplicité.

Nous sommes libres de toute appartenance confessionnelle, philosophique ou politique.



Le déploiement de notre être

conférence Reza MOGHADDASSI

Notre société et nos systèmes éducatifs produisent des êtres humains amputés d'une grande part d'eux-mêmes du fait d'une vision réductrice de l'être humain. L'horizon d'une vie réussie n'était déjà plus depuis longtemps celle du sage ou celle du saint, remplacé dans nos écoles par celui du savant. C'est désormais l'horizon du savoir qui semble s'évanouir sous nos yeux laissant pour seule perspective une vie touristique, riche de distractions toujours plus désirables qu'elles sont coûteuses. Avant de se demander ce à quoi nous croyons, il nous faut renouer avec une vision plus large de l'homme et des forces dont il dispose pour éclairer sa vie et son chemin.

Vendredi 16 octobre 2020 à 20h15
Maison des Associations - Strasbourg
10 €

Prendre soin de l'être

atelier Reza MOGHADDASSI

«Tout commence dans la pensée. Là où la pensée est fautive, l'affliction s'ensuit comme la roue de la charrette suit le pas du bœuf». Cette phrase célèbre du bouddha nous rappelle que nos actions découlent toujours d'une certaine vision du monde et que la première tâche de la pensée est de lever des voiles qui nous empêchent de voir clair. Cet atelier cherchera à poser les fondements universels d'une reconquête de la vie intérieure en commençant par réviser notre image de l'être humain, puis en dessinant concrètement les approches à travers lesquelles chacun peut renouer avec lui-même, avec les autres, avec le monde. L'atelier sera ponctué de moments de pratiques méditatives et d'échanges.

Samedi 7 novembre de 9h à 17h
et dimanche 8 novembre 2020
de 9h à 12h
115 €

Avec l'ennéagramme, mieux se connaître et mieux comprendre autrui

stage Pierre ANGOTTI

L'ennéagramme est un système d'étude de la personnalité en 9 profils. Chaque profil décrit, au-delà de nos comportements, ce qui nous motive inconsciemment. Très vieux fond d'observation de l'être humain, il permet à chacun de repérer ses forces et ses fragilités, de découvrir son potentiel d'évolution, de disposer de clés pour améliorer sa relation à autrui. L'objectif du premier module est de trouver, parmi les neuf profils, celui que nous avons construit dans notre enfance. Une fois le profil dominant identifié, le second module aura pour objectif de découvrir les chemins d'évolution propres à son profil.

Initiation : WE 28 et 29 novembre 2020 de 9h à 19h et de 9h à 18h
Approfondissement : We 12 et 13 juin 2021 de 9h à 19h et de 9h à 18h
150 € / week-end

Être aux Sources de sa Parole

atelier

Eric BONABEZE

Dans le monde actuel, confus, accéléré, il est vital d'oser être juste et intègre avec soi-même. Comment rencontrer nos qualités, nos aspirations essentielles, parfois difficiles à reconnaître ?

Cet atelier propose une démarche fondée sur l'écriture et le rendu oral. Elle stimule votre pouvoir créatif pour faire émerger votre intériorité. Des consignes simples aideront sur cette voie : écrire en « Je » et exprimer avec amplification nos ressentis, afin de libérer le souffle, le panache. Il s'agit de resserrer le lien avec soi-même et de pouvoir dire sa vérité propre, pour nourrir une relation plus authentique, et donc plus riche, avec l'autre.

Dimanche 6 décembre 2020 de 9h à 18h
75 €

Sortir des rapports de force

Quand l'un n'empêche plus l'autre

conférence Dominique GAUTHIER

Aussi longtemps que nous fonctionnons comme ayant des droits dans le lien à l'autre, nous développons des modes relationnels de survie car nous cherchons à nous défendre avec tout un arsenal de rapports de force. Ceux-ci peuvent se manifester par l'abus de pouvoir, basé sur la violence et la hiérarchie, la rigidité, la culpabilisation, le marchandage, l'intimidation, la manipulation du fait de notre impuissance fondamentale sur l'autre.

Comment retrouver son centre, sa véritable identité souveraine ? Comment ne plus laisser aux commandes toutes ces parts de nous qui ne sont pas notre totalité, que ce soient nos émotions, nos croyances, nos pensées ou nos désirs de possession ?

Vendredi 29 janvier 2021 à 20h15
Maison des Associations - Strasbourg
10 €

Sur les traces de notre souveraineté

stage Dominique GAUTHIER

Combien de fois ai-je été déçu par l'autre ? Quelle est ma part de responsabilité dans cette déception ? Si je me remets en question, quelque chose peut changer en moi dans le système que j'ai construit avec l'autre. Être souverain c'est puiser à l'intérieur de soi pour trouver des ressources, seul et avec l'autre, ce qui est impossible dans le rapport de force !

À partir de situations dans lesquelles nous nous surprenons à fonctionner en mode survie, défensif, nous identifierons nos modalités de rapports de force et nos peurs. Nous nous saisirons de ce dont nous avons besoin pour passer de ce mode à celui de l'altérité. Nous repérerons nos résistances, nos difficultés à laisser à l'autre sa différence, son autonomie, sa souveraineté et donc vis-à-vis de nous-même également.

We du 13-14 février 2021 de 9h à 18h
150 €



Atelier du Temps profond

D'après la méthode du Travail qui relie de Joanna Macy

stage résidentiel

Claire CARRE

En cette période critique dans l'histoire de notre civilisation, nous explorerons le Temps Profond, un volet majeur de l'Écologie Profonde.

Notre société perçoit le temps comme linéaire. La sensation de « l'accélération du temps » s'intensifie au fur et à mesure que l'effondrement et le Changement de cap se rapprochent l'un de l'autre, comme un énorme engrenage. Notre meilleure réponse est de chercher en nous un autre niveau temporel, celui du Temps Profond, comme le vivent encore certains peuples, et auquel nous avons accès, car c'est notre héritage humain. C'est par un éveil sensible dans la nature que notre esprit se libère des conditionnements temporels, pour s'ouvrir à une autre dimension de l'existence.

Lorsque le peuple Haudenosaunee (Iroquois) prend une décision, la question primordiale est : comment cela affectera-t-il la septième génération ?

Cet atelier fait appel à notre propre sagesse pour écouter notre intuition dans l'élaboration d'un futur respectueux du Vivant.

Du vendredi 23 avril à 17h au dimanche 25 avril 2021 à 17h

Lieu : Air & Vie à Marmoutier

180€ + 45€ (frais d'hébergement 2 nuits)

Repas partagés apportés par chacun

Vivre votre intuition aujourd'hui

conférence

Elise HAAS

Les temps changent et nous avec : après avoir tellement compté sur notre mental, nous souhaitons de plus en plus nous tourner vers notre intuition.

Mais qu'est-ce que l'intuition ? Comment la reconnaître, la contacter et nous en servir ? Et que peut-elle apporter ?

Lors de cette conférence, nous verrons des réponses à ces questions et à d'autres que vous pourriez avoir, ainsi que des clés, afin de pouvoir mieux vous relier à cette merveilleuse alliée.

Vendredi 11 décembre 2020 à 20h15
Maison des Associations - Strasbourg
10 €

Danse relationnelle

atelier régulier

Robert MURIT

Quoi de plus émouvant qu'une rencontre de cœur à cœur, d'être à être, sans fioritures, sans faux-semblant, sans rôle à tenir. Être simplement soi-même. Porté par la musique, vous apprendrez progressivement à écouter quel geste monte en vous. Face à l'autre, vous vous exercerez à approfondir votre regard, vous laisserez le mouvement créatif apparaître pour vivre un moment d'harmonie.

Cet atelier de danse libre n'est pas un cours, mais bien l'occasion d'acquérir plus de confiance en soi, en son corps, pour une réelle découverte de l'autre à travers le contact et l'expression corporelle. Il vous permettra d'améliorer votre environnement relationnel et de trouver plus facilement votre place dans les relations.

Aucune compétence particulière requise pour démarrer - Séance d'essai gratuite
Un vendredi par mois de 19h30 à 23h à partir du 25 septembre 2020
20€ (15€*) la séance - 50€ (40€*) les 3 séances - 130€ (120€*) les 9 séances
**Tarif réduit pour les hommes ou les femmes accompagnées d'un homme.*

Développer l'intuition

stage

Elise HAAS

Initiation : Pendant ces deux jours, vous découvrirez ou confirmerez que vous avez de l'intuition, vous verrez comment elle fonctionne en général, en vous particulièrement, et comment vous mettre en lien avec elle pour la contacter volontairement et la questionner.

Le premier jour comportera des explications sur l'intuition et la mise en place du protocole de reliance à l'intuition. Le deuxième jour sera consacré à la pratique de votre intuition, un moyen concret pour exercer votre intuition au quotidien.

We 9-10 janvier 2021 de 9h à 18h

Approfondissement : Pendant ces deux jours complémentaires, vous fluidifierez votre capacité à contacter votre intuition et apprendrez à décoder le sens des informations intuitives. Ainsi vous développerez votre confiance en vous-même, votre créativité et votre guidance intérieure.

We 27-28 mars 2021 de 9h à 18h
150€ / week-end

L'Art de l'écoute

stage Sylvie MURIT CHAMPION

Notre écoute est-elle toujours réellement choisie et vécue librement ? Souvent nous écoutons de manière distraite, impatiente ou intéressée. L'écoute est une véritable école qui nous apprend à être authentique, à affiner notre compréhension de l'humain et nous conduit à notre propre transformation personnelle.

En effet l'écoute des autres nous renvoie sans cesse à l'écoute de nous-même car elle nous reflète comme dans un miroir les différents aspects de notre propre personnalité. Ceci suppose donc que nous ayons ouvert notre oreille intérieure pour nous entendre en profondeur. Prendre l'habitude de l'écoute de soi, de notre univers intérieur, de nos émotions nous rend plus aptes à percevoir ce que peut vivre l'autre dans son propre univers.

Ce stage vous propose d'en faire l'expérience à travers des exercices pratiques qui vous permettront ensuite d'utiliser ces outils dans votre quotidien.

L'art de l'écoute sollicite notre créativité, notre ouverture et nous procure beaucoup de joie.

Les jeudis 12 - 19 - 26 novembre 2020
de 9h à 17h
225 € pour 3 jours

Un Atelier d'écoute est proposé à la suite du stage pour continuer à mettre en pratique les outils et attitudes abordés et progresser par un entraînement actif en petit groupe.

1 séance par mois les jeudis
de 20h à 22h
À partir de janvier 2021
90 € - 6 séances

Passer du JE au NOUS

Groupe régulier
de développement personnel

stage résidentiel et voyage Robert MURIT

Cette proposition concerne les personnes qui souhaitent avancer sur leur chemin d'évolution personnelle liant théories, exercices pédagogiques et confrontation au réel. Un groupe étant forcément un lieu qui rassemble des personnes différentes par leurs besoins, leurs visions, leurs priorités, le but sera alors d'apprendre à vivre ensemble éclairé par des points phare du développement personnel : confiance en soi, affirmation ajustée, prise en compte des émotions, ouverture à l'autre et négociation des besoins de chacun. Après avoir identifié quelques mécanismes parasites, ce cercle agira comme un révélateur de votre personnalité et vous amènera à être plus en phase avec vos valeurs et vos aspirations profondes et ainsi à donner davantage votre couleur.

Ce travail suivi sur l'année permettra des retombées positives dans bien des domaines : connaissance de soi, dimension affective, vie relationnelle et professionnelle.

3 week-ends par an en résidentiel
450€ hors hébergement
et un voyage d'une semaine tous les 2 ans
Groupe de 8 personnes
Engagement d'un an minimum

Retrouver notre pouvoir d'acteur à l'aide de la CNV

conférence Axelle SCHERMANN

Nous sommes surinformés sur ce qui se passe dans la société, le monde, et parfois perplexes par rapport à ce qui se passe à l'intérieur de nous. Comment trouver des ressources pour gérer nos émotions, nos peurs, nos colères, nos agacements, et devenir notre meilleur ami ? En s'appuyant sur des exemples de la vie quotidienne, Axelle met en lumière combien nous croyons que si nous sommes déstabilisés, c'est à cause de l'autre, de la situation dont nous serions victimes. Par les outils de la CNV, nous verrons comment tout se joue en nous, et comment nous pouvons être acteurs de nos états émotionnels, et nous reconnecter à notre joie de vivre.

Jeudi 3 décembre 2020 à 20h15
Maison des Associations- Strasbourg
10 €

Il est possible de ne s'inscrire que pour 1 stage dans le respect de l'ordre des modules
De 9h à 18h - 150€ par week-end

La CNV, Communication Bienveillante : construire le lien

stage Axelle SCHERMANN

A l'heure où nos sécurités sont remises en question, comment trouver en nous une nouvelle stabilité, personnelle et relationnelle ? La CNV-Communication Bienveillante, créée par Marshall Rosenberg, nous en donne des clés :

Module 1, À l'écoute de soi : Comment nous relier à ce qui se dit en nous, et qui voudrait que nous l'entendions ?

We 30-31 janvier 2021

Module 2, À l'écoute de l'autre : Comment entendre ce qui se vit chez l'autre, et se manifeste par ses réactions et émotions ? Et comment l'accueillir ?

We 20-21 mars 2021

Module 3, Dialoguer et coopérer : Comment créer de nouvelles bases pour des relations sans gagnant ni perdant, sans rapports de pouvoir, en prenant en compte ce qui est essentiel pour chacun ?

We 01-02 mai 2021



La vie improvise... fais comme elle, ose !

*Impros piano et théâtre
pour oser votre créativité*

stage résidentiel Marc VELLA
& Catherine MEYER

Comment faire plus de place à la part d'intuitions et d'improvisations dans vos vies ?

Marc en vous initiant à la posture du maître, vous invite à improviser au piano et donne des clefs simples pour s'approprier ce langage. Avec son accompagnement et ses encouragements, vous pourrez prendre plaisir à jouer sans pour autant connaître la musique.

Catherine vous amène à être plus vous-même de manière progressive et ludique, par des exercices issus de l'improvisation théâtrale. Aucun prérequis n'est nécessaire. Vous vous laisserez surprendre en découvrant votre potentiel créatif.

Durant ce séjour, alterneront des temps d'exercices au piano et d'improvisations théâtrales, mais aussi des temps d'enseignement et d'échange en groupe pour favoriser les prises de conscience sur nos fonctionnements.

Du vendredi 22 mai à 10h au dimanche
24 mai 2021 à 16h

Lieu : Maison du Kleebach à Munster 68
280€ + 160 € (frais d'hébergement 2
nuits en pension complète)

La confiance en soi par l'improvisation théâtrale

stage résidentiel d'été Catherine
MEYER

Un temps de vacances pour grandir en confiance et révéler votre potentiel créatif et communicatif ! Un stage intense pour oser sortir de votre réserve, un réel travail de développement personnel, un temps de pleine nature, dans un lieu d'accueil magnifique au cœur des Vosges. Ce stage est progressif et ludique, aucune pratique du théâtre n'est nécessaire.

Vous expérimenterez différents outils d'impro (pas de travail sur texte), pour faire grandir votre confiance : des techniques de communication orale (diction, regard, respiration ...), l'improvisation théâtrale pour améliorer votre sens de la répartie, le storytelling pour plus d'accroche, plus d'expressivité et de richesse imaginaire. Cette formule résidentielle sur 4 jours, vous permettra de progresser considérablement et vous donnera l'occasion d'expérimenter une vie de groupe enrichissante.

Du jeudi 26 août à 10h
au dimanche 29 août 2021 à 16h

Lieu : Chant de la Source - La Bresse 88
290 € + environ 180 € (frais d'hébergement pour 3 nuits en pension complète)



Vivre en groupe à travers le désert

Robert MURIT

Liant le beau et le profond, la nature et les relations chaleureuses, cette randonnée dans le sud marocain est l'occasion d'expérimenter l'émerveillement. Face à ces formes parfaites sculptées par le vent, à travers un paysage minéral tellement loin de notre quotidien, vous vous laisserez transporter par cet univers nomade en vivant au rythme des peuples du désert. Loin de notre confort occidental, nous expérimenterons un mode de vie dans la sobriété.

Nous vivons à la fois la solitude et l'intériorité par des temps méditatifs. Ce voyage vous confrontant à des situations surprenantes, il vous permettra de dégager des ressources nouvelles pour approfondir votre capacité d'adaptation, votre ouverture relationnelle et votre sensibilité à la nature. Chaque soir la relecture de votre expérience personnelle favorisera la chaleur des relations dans le groupe.

Du 30 janvier au 7 février 2021

1200€ voyage compris
au départ de Strasbourg
si inscription avant le 15/12/2020

Vallée des Roses

Robert MURIT

Ici au cœur de l'Atlas Marocain, la verdure du fond de vallée tranche avec la couleur ocre minérale de la montagne. La marche démarrera au pied du mont M'Goun, et nous descendrons la rivière du même nom traversant des gorges magnifiques. Nous serons accueillis dans les petits villages berbères et hébergés chez l'habitant.

Nous découvrirons leur vie simple et traditionnelle. À la tombée de la nuit nous pourrions nous laisser inviter pour participer à des chants et danses chez l'une ou l'autre famille.

Cette randonnée sera ponctuée à la fois de temps de silence et d'intériorité mais aussi d'échanges et de riches rencontres. Nous apprendrons à dépasser nos craintes, limites ou difficultés en nous appuyant sur la solidarité du groupe. Ceci grâce aux temps de partage en profondeur qui nous permettront de mieux nous connaître.

Du 1^{er} au 9 mai 2021

1300€ voyage compris
au départ de Strasbourg
si inscription avant le 31/03/2021

5 à 6h de marche par jour et exercices de développement personnel quotidiens

Groupe limité à 12 personnes

Voyages conçu en lien avec les populations locales,
l'argent de nos hébergements leur revient directement.

Complément d'information sur le site www.a-c-p.info

Entretiens individuels

À Strasbourg avec
Sylvie MURIT CHAMPION
Robert MURIT
ou Molsheim avec
Anne POLICET PICHON

Exposer en tête à tête avec un accompagnateur qualifié les situations parfois complexes de notre vie nous permet de les aborder avec un éclairage nouveau et de prendre conscience de notre manière de fonctionner.

C'est ainsi une réelle démarche de changement dans laquelle nous entrons progressivement, afin de mieux gérer ce qui se présente au quotidien tant sur le plan professionnel, relationnel, que familial.

Les entretiens peuvent également s'adresser à un couple en difficulté ou à une famille traversant une épreuve (blocages, rupture, deuil, maladie, etc.), afin que chacun puisse être entendu dans ce qu'il vit et que la communication en soit facilitée.

45€, 1h entretien individuel

70€, 1h30 entretien de couple ou famille



Balades conviviales

A la rentrée et au début de l'été, venez respirer le grand air, marcher et échanger, que vous soyez membres de l'association ou que vous désiriez simplement la connaître. Votre famille, vos amis ou les personnes de votre connaissance seront les bienvenus.

Dimanche 4 octobre 2020
et dimanche 20 juin 2021

Parcours et modalités précisés sur notre site web www.a-c-p.info et dans notre lettre électronique ou par téléphone.

Dîners associatifs

Alain GEIGER

Ce repas trimestriel façon «auberge espagnole» nous invite à nous découvrir différemment, dans un contexte convivial qui favorise le partage et les échanges entre participants. Une animation légère, voire malicieuse, nous est proposée et stimule nos relations et conversations autour de la table.

1^{ère} rencontre : sam. 26 septembre 2020
Gratuit – réservé aux membres inscrits

Attention à la marche !

Alain GEIGER

La marche attentive permet de s'aérer, de mener une activité physique équilibrée, de s'enraciner en soi-même et favorise la relation à soi, aux autres, à l'environnement et à la nature. Elle comprend un temps de marche silencieuse, des jeux coopératifs et sensoriels et une bonne part de balade conviviale.

1^{ère} rencontre : dim. 13 décembre 2020
Gratuit – réservé aux membres inscrits

Café psycho

Ces rencontres mensuelles vous donnent l'occasion d'échanger librement sur des thèmes variés de la vie courante.

L'ambiance est décontractée, propice aux rencontres. Vous pourrez exprimer votre expérience personnelle, écouter celle des autres, vous enrichir de la diversité. Chacun repartira alors nourri par des visions différentes.

2^{ème} lundi de chaque mois de 20h à 22h
Pub O'Brady's, 4 pl de Bordeaux, Strasbourg
Gratuit – ouvert à tous sans engagement

Cercle de lecture

Serge FORNOFF

En prenant le temps de s'arrêter dans sa lecture, en étant attentif à ce qui nous touche, le livre devient un excellent outil de connaissance de soi et d'ouverture vers les autres. Vous pourrez faire part de votre enthousiasme pour votre livre préféré puis autour d'une lecture commune, partager vos impressions, vos ressentis tout en écoutant ceux des autres participants.

Une expérience riche en tous sens.

9 rencontres dans l'année
À partir de septembre 2020
Gratuit – réservé aux membres inscrits

Atelier d'écriture

2 groupes sur Strasbourg :

Elisabeth VEYRIAC
& Eliane HOCHE

1 groupe sur Colmar :

Eric BONABEZE

Enrichir son expression écrite, explorer ce qui résonne, se laisser surprendre par ce qui veut se dire, découvrir ses talents, rencontrer sa liberté par les mots, ce peut être tout cela l'écriture.

Cet atelier permet d'aller vers soi par les chemins de l'écriture, il invite à oser se dire et à partager les pépites des uns et des autres.

Les propositions se veulent suffisamment larges pour permettre à chacun de trouver un abord qui lui convient.

Aucune expérience d'écriture n'est nécessaire, l'objet de l'atelier n'est pas la technique, mais bien plutôt de laisser vivre notre écriture comme elle se présente.

À partir d'octobre 2020

9 rencontres dans l'année,
engagement à l'année

Les rencontres ont lieu chaque mois chez
l'un ou l'autre des participants.
Gratuit – réservé aux membres inscrits

Groupe de paroles d'hommes

Devenir et être un homme

Valentin HUSSER

Les contraintes du coronavirus ont interpellé nos représentations sociétales et les rapports entre humains. Votre rôle d'homme dans la vie quotidienne a-t-il changé ? Qu'est-ce qui vous a posé problème ? Votre façon de vivre les relations dans la famille et avec les femmes a-t-elle évoluée ?

Trouvons-nous le sens de nos actions, nos ambitions, nos désirs, pour nous accomplir en tant qu'homme.

Après la « libération de la femme » qui est devenue réalité, n'est t-il pas temps de s'occuper de « l'accomplissement de soi en tant qu'homme ».

Basé sur la parole des participants, ce groupe de parole d'hommes se réunira pour réfléchir, partager sur ces questions et leur permettre de traiter des problématiques personnelles avec l'aide de la logothérapie orientée vers le sens et les valeurs.

2^{ème} jeudi de chaque mois de 19h à 21h

Groupe de 8 personnes

Participation aux frais,
réservé aux membres inscrits





Reza MOGHADDASSI www.vertical.legymnase.eu

Reza est agrégé de philosophie, écrivain et conférencier, auteur du livre *La soif de l'essentiel*. Il enseigne la philosophie au Gymnase Jean Sturm à Strasbourg où il y organise les soirées Vertical, temps de rencontres avec des penseurs de notre temps, chercheurs inlassables du vrai, du beau et du bien. Soucieux de reconduire la philosophie à sa mission première qui est la sagesse, il cherche à mettre en lumière ce qui peut conduire l'être humain à devenir plus humain.



Robert MURIT www.acp-formation.fr

En tant que formateur en communication et développement personnel, Robert travaille plus spécifiquement sur la résolution de conflits et sur les questions relationnelles qui se posent au sein d'équipes professionnelles. Il conçoit et expérimente des outils pédagogiques favorisant les prises de conscience des participants et une meilleure harmonie relationnelle au sein des groupes. Pour enseigner la marche, il faut soi-même être en chemin. C'est pourquoi il continue de se former auprès de différents courants de communication mais également différentes pratiques corporelles.



Pierre ANGOTTI www.enneagrammeetcroissance.com

Conseil d'entreprises en gestion des ressources humaines pendant 40 ans, Pierre s'est formé il y a près de 25 ans en Analyse Transactionnelle, PNL et Ennéagramme. Il anime depuis 18 ans des sessions de connaissance de soi et de développement personnel avec l'enneagramme. Membre de l'association francophone de l'Ennéagramme depuis 2015, il en a été le président durant deux ans (2017-19). Il a publié plusieurs ouvrages d'Ennéagramme dont *S'ouvrir à la joie*, *Avec l'enneagramme*, *accueillir et dépasser ses fragilités*.



Sylvie MURIT CHAMPION www.a-c-p.info

Permettre à toute personne de découvrir la beauté et la profondeur de son être intérieur, tel est le moteur qui a animé Sylvie tout au long de sa carrière de formatrice en développement personnel, écoute et communication, métier qu'elle exerce depuis 30 ans. L'écoute et l'accompagnement des personnes dans leur chemin d'évolution sont au cœur de sa pratique en entretien individuel dans le cadre de la relation d'aide ou en groupe.



Eric Bonabèze

Eric est ingénieur, dans la Recherche et le Développement. Il préside une association de Théâtre d'Improvisation, et utilise cette pratique comme un levier de connaissance de soi depuis plus de 25 ans. Il est également formé à la Somatothérapie, à travers laquelle il a aiguisé sa capacité d'écoute. Lecture et écriture occupent depuis son enfance une place privilégiée, il anime aujourd'hui des ateliers d'écriture créative.

Elise HAAS

www.elisehaas.fr



Consultante intuitive et sophrologue, Elise accompagne des personnes dans la connaissance d'elles-mêmes et dans la reconnaissance et le développement de leurs capacités propres d'évolution. Son travail favorise le développement de leur intuition, l'apprentissage de la relaxation et de la gestion du stress, l'investigation intérieure pour ouvrir davantage leur conscience et réaliser qu'elles sont libres. Ainsi elles vivent leur rapport à elles-mêmes et au monde avec plus de confiance, sérénité et harmonie.

Axelle SCHERMANN

www.communication-bienveillante-alsace.fr



Depuis 12 ans, Axelle transmet en Alsace la démarche de la CNV - Communication Bienveillante lors de stages de découverte et d'approfondissement. Elle intervient aussi en entreprise et dans le secteur social et éducatif. Son passé d'enseignante en école Steiner marque son goût pour une pédagogie imagée et ludique. Ainsi, les exercices qu'elle propose permettent à chacun d'expérimenter et de ressentir comment cet art de communiquer ouvre la conscience et le cœur. Elle aime transmettre des outils simples que chacun peut s'approprier afin de gagner en autonomie pour gérer sa vie.

Dominique GAUTHIER gauthierleneshama.jimdo.com



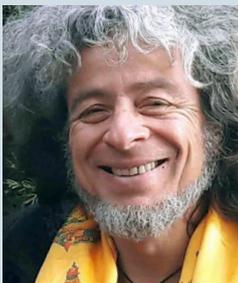
Gestalt thérapeute, superviseur agréée par l'Ecole Parisienne de Gestalt, Dominique accompagne depuis 25 ans et depuis une dizaine d'années, elle aide les accompagnants, thérapeutes, coachs. S'il est clair pour de nombreuses personnes que s'aimer est la base de l'amour, la manière de s'y prendre n'est pas toujours claire, particulièrement quand les besoins et les réactions défensives de l'enfant en nous, viennent se dire fortement dans notre présent et inconsciemment. Elle a donc créé une formation pour structurer ce travail.



Claire CARRE

www.roseaux-dansants.org

Formée en sciences de l'environnement, Claire a co-créé l'association Roseaux Dansants en 2007, pour transmettre en langue française la méthode de Joanna Macy. Grâce à la transmission directe par Joanna elle-même, et à plus de 30 ans d'expérience du Travail qui Relie, Claire enseigne l'esprit vivant des origines de cette pratique, participe à la traduction des textes originaux, et propose des formations à l'animation.



Marc VELLA

www.marcvella.com

Auteur de plusieurs livres : « Éloge de la fausse note », « La Clé d'Être » et « Le Pianiste nomade ». Pianiste virtuose, 1er Prix de Composition à Rome au TIM 99, Prix de Composition à l'ENMP de Paris, Marc donne des concerts et conférences dans le monde entier. En 30 ans, avec son piano à queue, il est allé sur les routes et chemins de plus de 40 pays pour célébrer l'humain. Créateur des concerts d'émergence, il donne régulièrement des stages Tout Public « Rendre belles les fausses notes de la vie ».



Catherine MEYER

www.catherine-meyer-formations-alsace.com

Formatrice en communication et psychopédagogue, accompagnatrice en Relation d'Aide (formée par l'organisme PRH « Personnalité et Relations Humaines »), Catherine est également comédienne improvisatrice. Depuis 2003, elle anime, dans le respect du rythme de chacun, des stages de développement personnel et de communication avec des outils très créatifs : l'improvisation théâtrale, le clown relationnel, l'art du conteur (le StoryTelling). Elle intervient également en milieu soignant, éducatif et en entreprise pour des formations de communication et des actions de cohésion d'équipe (Team Building).



Valentin Husser

www.devenir-et-etre.com

Psychologue et logothérapeute, auteur du guide « Savoir devenir - Libérez-vous du piège de l'échec », Valentin s'est occupé durant de nombreuses années d'aide à l'évolution professionnelle et personnelle, en formation, conseil et thérapie. Guéri du COVID 19, il y voit l'opportunité de se questionner : Qui suis-je en tant qu'homme ? Qu'est-ce qui est attendu de moi ? Qu'est-ce que je désire vivre ? Il souhaite approfondir cette réflexion avec des hommes qui se sentent concernés.

Inscription

La fiche d'inscription pour les stages est disponible sur notre site : www.a-c-p.info

Ou sur demande : contact@a-c-p.info

Votre place sera réservée dès que nous l'aurons reçue en retour accompagnée d'un chèque d'arrhes.



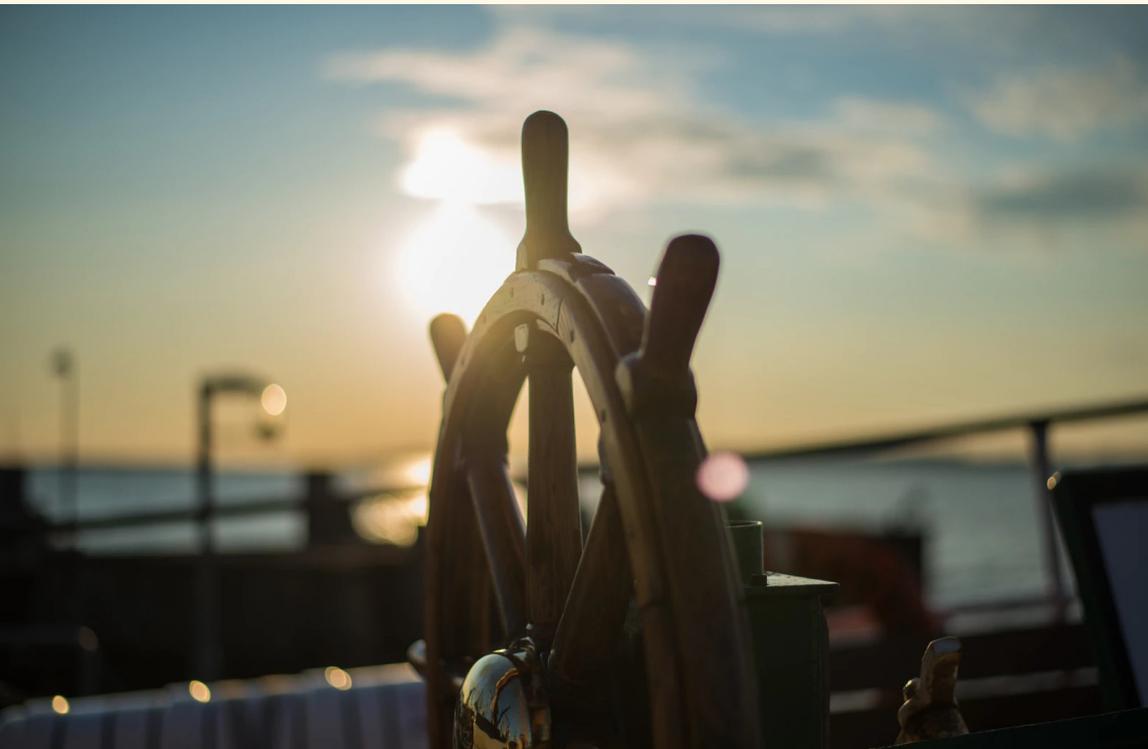
Modalités de règlement

Toutes les formations proposées par notre association sont éligibles au titre de la formation professionnelle continue. Renseignez-vous auprès de votre employeur, nos tarifs formation continue sont disponibles sur demande.

Toutes nos activités sont accessibles aux membres de l'association ayant réglé la cotisation annuelle de 12€.

Une réduction de 10% est accordée pour une inscription à un deuxième stage durant la saison ou pour une inscription en couple. Une réduction peut être accordée pour les personnes ayant de réelles difficultés financières.

L'association accepte le Stúck.



*Conférences,
stages et formation*

- p. 2 Le déploiement de notre être
16 octobre 2020
- p. 2 Prendre soin de l'être
7-8 novembre 2020
- p. 2 Avec l'ennéagramme, mieux se connaître
28 et 29 novembre 2020 & 12 et 13 juin 2021
- p. 3 Être aux Sources de sa Parole
6 décembre 2020
- p. 3 Sortir des rapports de force
29 janvier 2021
- p. 3 Sur les traces de notre souveraineté
13-14 février 2021
- p. 4 Atelier du Temps profond
du 23 avril à 17h au 25 avril 2021
- p. 5 Vivre votre intuition aujourd'hui
11 décembre 2020
- p. 5 Développer l'intuition
9-10 janvier 2020 & 27-28 mars 2021
- p. 5 Danse relationnelle
Un vendredi par mois à partir du 25 septembre 2020
- p. 6 L'Art de l'écoute
12 - 19 - 26 novembre
- p. 6 Passer du JE au NOUS
3 week-ends par an
- p. 7 Retrouver notre pouvoir d'acteur à l'aide de la CNV
3 décembre 2020
- p. 7 La CNV, Communication Bienveillante
30-31 janvier 2021, 20-21 mars 2021 & 01-02 mai 2021
- p. 8 La vie improvise... fais comme elle, ose !
du 22 mai à 10h au 24 mai 2021
- p. 8 La confiance en soi par l'improvisation théâtrale
du jeudi 26 août à 10h au dimanche 29 août 2021 à 16h

*Randonnées
et développement
personnel*

- p. 10 Vivre en groupe à travers le désert
du 30 janvier au 7 février 2021
- p. 10 Vallée des Roses
du 1er au 9 mai 2021

*Activités
associatives*

- p. 12 Balades conviviales
4 octobre 2020 & 20 juin 2021
- p. 12 Dîners associatifs
26 septembre 2020
- p. 12 Attention à la marche !
13 décembre 2020
- p. 12 Café psycho
2^{ème} lundi de chaque mois
- p. 12 Cercle de lecture
À partir de septembre 2020
- p. 13 Atelier d'écriture
À partir d'octobre 2020
- p. 13 Devenir et être un homme
2^{ème} jeudi de chaque mois

www.a-c-p.info

06 16 89 90 27
contact@a-c-p.info