



38 Énergétique

CARINE ANDRÉ

ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES ET DES ORGANISATIONS
THÉRAPIE BRÈVE • ATELIERS • CONFÉRENCES
STAGES EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

Le bonheur de libérer son potentiel



www.energetique38.com

Développement personnel et bien-être en entreprise, deux faces d'une même pièce

La société se transforme, en bousculant nos habitudes économiques, nos repères familiaux, nos ancrages et nos idées reçues.

Nous pouvons subir ces bouleversements.

Nous pouvons aussi décider de gagner du bonheur en tirant partie de cette transformation :

- Chacun est invité à faire évoluer sa relation à soi, aux autres, à la vie et à s'épanouir grâce à ses ressources intérieures. C'est le sens du développement personnel.
- Les entreprises sont aussi invitées à repenser leur fonctionnement, à s'adapter à l'évolution des besoins des Hommes, à solliciter l'intelligence collective au service d'une organisation qui garantit le bien-être et la rentabilité.



L'énergétique & la psychothérapie positive, des outils prodigieux

Énergétique 38 propose ces deux pratiques complémentaires. L'une s'adressant au corps, l'autre au mental. Les deux s'appuyant sur les qualités et ressources intrinsèques de chacun.

- *La thérapie énergétique* désigne les pratiques de médecine naturelle qui utilisent la circulation de l'énergie dans le corps.

Les neurosciences ont conforté l'intérêt de ces techniques qui permettent de «reprogrammer» le cerveau en libérant les énergies bloquées du fait de multiples traumatismes.

A quoi cela sert ?

Ces techniques énergétiques permettent de soulager des maux physiques et de faire lâcher des blocages ou des émotions qui freinent l'épanouissement.

- *La psychothérapie positive*, appelée science du bonheur, permet de prendre conscience et de renforcer les attitudes qui aident à aller bien. Elle cultive les forces et les compétences de chacun qui contribuent à l'épanouissement et au fonctionnement optimal.

A quoi cela sert ?

La psychothérapie positive est issue d'années de recherche qui ont prouvé leur efficacité à rendre les gens heureux. Elle s'adresse à toute personne souhaitant développer son bien-être, atteindre ses objectifs, et mettre à profit ses points forts au quotidien.

Pourquoi consulter ?

La thérapie énergétique et la psychothérapie positive impulsent une dynamique de changement.

Parce que tout est possible, parce que rien n'est fatalité, encore moins de souffrir ou de subir, parce que nos ressources sont illimitées, y compris pour changer...

Ces techniques peuvent aider à soulager des :

Maux physiques

Traumatismes et douleurs, mal de dos, difficultés de sommeil, fatigue chronique, problème de peau, migraine...

Souffrances psychologiques

Stress, angoisse, anxiété, burnout, déprime, dépression, séparation, deuil, manque de confiance en soi, d'estime ou d'affirmation de soi, colère, phobie...

Difficultés au travail

Stress, démotivation individuelle ou d'une équipe, résistance au changement, perte de sens, faible fidélisation des collaborateurs, problème d'affirmation de soi, réorganisation, manque d'esprit d'équipe...

Quelles prestations choisir ?

Séance individuelle en thérapie

brève : lâcher blocages, douleurs physiques ou émotionnelles et prendre conscience de ses ressources et de sa valeur.

Atelier : découvrir et mettre en pratique des

techniques approuvées en psychologie positive et en énergétique.

Conférence : sensibilisation aux bienfaits

de l'énergétique et de la psychothérapie positive.

Stage, à la journée ou sur 2 jours : découvrir

ou approfondir des outils pour développer de nouveaux fonctionnements : donner de l'éclat à son potentiel, révéler ses forces de caractère, etc.



“ *Bonheur et bien-être au travail, c'est possible !*

Plaisir au travail, bonheur au travail... c'est possible ! Le concept d'entreprise positive se développe, une entreprise humaine qui mise sur le bonheur de ses collaborateurs pour accroître ses performances, sa créativité et sa rentabilité. De nombreux chefs d'entreprises audacieux l'ont compris, comme le témoignent les reportages et articles qui fleurissent sur le sujet (dont ARTE du 24 février 2015)

”



CARINE ANDRÉ

Consultante et praticienne en psychologie positive
et thérapie énergétique

Ses valeurs : respect, écoute, bienveillance, optimisme,
non-jugement, disponibilité, discrétion.

*«Soyez le changement que vous voulez voir
dans le monde»*

Mahatma Gandhi



126 chemin de la tonnelle 38410 Saint-Martin d'Uriage
2 place Paul Vallier 38000 Grenoble

06 70 79 58 64

carine.energetique38@gmail.com

www.energetique38.com



Energétique 38 - Carine André

Ateliers Energie & Meditation par Energétique 38