

# Nos programmes

Plusieurs approches offrent des solutions pour se sentir mieux avec soi-même et les autres. Certaines d'entre elles favorisent une démarche qui permet **d'aller au fond de soi-même**, afin de comprendre réellement et de guérir les blocages psychologiques et émotionnels.



La psychosynthèse propose cette démarche psychologique et spirituelle. Vous serez en mesure de reconnaître et de guérir vos blessures. Vous retrouverez l'équilibre CORPS-ÉMOTION-MENTAL. Vous serez dans un état de présence et retrouverez une confiance et une Volonté qui vient de l'intérieur.

## **Demandez les documents suivants, c'est gratuit :**

- Psychosynthèse en pratique;
- Résumé des outils et quelques exercices de réflexions;

## **Comment explorer et expérimenter la psychosynthèse :**

- Accompagnement personnel ou professionnel et atelier de développement personnel en ligne et en personne pour la région de Québec et les environs.
- Formation psychosynthésiste disponible bientôt, en ligne et en personne pour la région de Québec et les environs.
- Bande dessinée expliquant les bases et le fonctionnement de la psychosynthèse. *Vous y trouverez des réponses aux questions que la plupart des gens se posent concernant la psychosynthèse.*

