



Atelier initiation à la neurographie



Vous avez besoin de prendre du temps pour **vous recentrez sur vous-mêmes** ? Venez découvrir une technique graphique qui communique directement avec votre écosystème neuronal pour soutenir votre cerveau dans la **gestion de ses transformations, vous aider à dépasser vos limites, trouver des solutions à des situations bloquées, améliorer des relations...**



Une méthode **accessible à tous**, sans aucun besoin de savoir dessiner ! Juste venir avec une **envie de goûter une autre forme de communication avec soi-même**



dans la bienveillance et l'harmonie.

L'atelier se déroule en 5 temps :

- Présentation de la technique et de ses différentes formes
- Initiation à l'alphabet neurographique et à la sensation de ses effets
- Mouvements de corporalité corps-conscience (séquences d'ancrage et de relaxation dynamique)
- Choix d'un thème personnel de travail puis dessin de lignes libres en appliquant un algorithme de la technique Neurographica®. Repérage de ses sensations, ressentis et émotions au fil des 8 étapes de réalisation. Accueil du cheminement intérieur et des explorations qui en émergent.
- Partage de l'expérience avec celles-ceux qui souhaiteront s'exprimer



Intervenante : Valérie Prévost – Neurographiste

Date : **Vendredi 7 juillet de 9h à 17h** [Repas partagé avec les spécialités de chacun.e entre 12h30 et 13h45]

Tarif : Adhérents 75€ - Non adhérents 85€

Lieu : **SophroHarmony La Mouche 17 170 St Cyr du Doret**

Info plus : 06 83 97 84 80

