

## **AIDE INDIVIDUALISEE**

Dans la vie, nous traversons des moments difficiles, où l'adversité nous touche, nous ne savons que faire pour moins souffrir, mieux se connaître, surmonter les embûches, retrouver notre dynamisme, bref, aller mieux !

Attendre que les choses passent ou réagir sans être outillé, ne permet pas de résoudre efficacement nos problèmes.

Si vous avez subi un traumatisme, viol, violence, harcèlement, dépression, dépendance, mal de vivre, difficulté à résoudre une situation difficile, voire conflictuelle ou si vous êtes dans un état émotionnel fragile voire chronique, nous pouvons intervenir et vous apporter un soutien.

**Nos outils :** La bio-psycho-anthropo-généalogie ou généasynergie. La thérapie cognitive : Impact. La neuro-thérapie : IMO (Intégration par les Mouvements Oculaires) – La logo thérapie –La sophrologie – Le focusing –La méthode ESPERE (Energie Spécifique Pour Une Ecologie Relationnelle Emotionnelle ou Educative)–L'Art développement- La Kinésiologie- La méthode Eleuthérienne ...

Les consultants, les thérapeutes, les psychologues centrés sur la personne mettent toutes leurs compétences en œuvre pour vous permettre de trouver un état général satisfaisant.

## **NOS PLUS**

**FORMATION A LA CARTE :** vous êtes un groupe d'au moins huit personnes membres d'une association, organisation ou entreprise, vous désirez vous former sur un sujet plus ou moins précis, vous avez besoin d'un formateur ...

Contactez nous et, ensemble, nous pourrons organiser une formation à la carte, c'est-à-dire qu'ensemble, nous déterminerons le sujet exact, son contenu, le lieu et, la date.

**CENTRE DE RESSOURCES :** Vous pouvez demander une consultation auprès d'un des conseillers spécialisés de l'Association dans vos démarches de recherche.

**MEDIATHEQUE ;** Grâce à sa bibliothèque, sa vidéothèque, sa discothèque, sa testothèque et sa ludothèque, l'association dispose d'outils professionnels et de moyens actualisés pouvant vous aider. La médiathèque est consultable sur place.