

SE REVITALISER

atelier

PICK

NOUVEAUTÉ

UP'



ÉNERGIE

1 journée

RE-CRÉATION DE SOI

DAY

CRÉATIVITÉ

10h-17h

PickUp'Day Se revitaliser !

Cueillir le temps d'une journée ce dont on a besoin pour repartir reboosté, c'est comme un voyage dont on revient transformé ! Cette journée sert à se reconnecter à son énergie vitale pour s'ouvrir à l'inconnu et à la nouveauté, se sentir vivre et oser être soi. Il est nécessaire de s'accorder au rythme de son cœur et de laisser vibrer son énergie créatrice !

1 journée intensive / de 10h à 17h / 8 participants max. / à partir de 170 €, en fonction du revenu.
Pendant cette journée, je propose des exercices pratiques et théoriques (pour mobiliser le corps, l'esprit, la sensorialité, le jeu ou l'imagination), des outils, du coaching et des moments de partage.

Chaque mois **expérimenter l'énergie créatrice**
sur un thème différent :

2011-12

• **Vision et intuition**, 30 septembre 2011 • **Ruse et saine agressivité**, 8 novembre 2011 • **Le voyage du héros**, 9 décembre 2011 • **Libérer sa créativité**, 20 janvier 2012 • **Du cœur et du courage**, 10 février 2012 • **Vivre sa sensualité**, le 9 mars 2012 • **L'intelligence pratique**, 6 avril 2012 • **Extase et lâcher prise**, 11 mai 2012 • **Au centre de soi**, 8 juin 2012

Témoignages

"Je reste chaque fois sidérée par l'effet de ces voyages imaginaires, ce qu'ils nous révèlent de nos désirs profonds et de nos identifications." Laurence, Psychologies Magazine
• "Je me suis sentie plus sûre de moi pour aller vers moi avec beaucoup de liberté et d'amour." Marie-Hélène, real estate trading
• "La visualisation du chemin du héros a été d'une puissance extraordinaire." Catherine, écrivain



Vanina Gallo est coach. Issue de la création artistique et diplômée en Psychosynthèse, elle accompagne les femmes et les hommes à développer l'image de soi dans le but d'une vie plus vibrante et créative. Vanina est citée dans la presse : Psychologie Magazine, Madame Figaro, Elle.

contact & infos : www.vaninagallo.fr

coaching & formations - 30 rue Montmartre, 75001 Paris