



Institut de Thérapie et de Formation  
*De l'Éveil à l'Intégration*

## STOP AU STRESS

**Confiance en soi** et maîtrise du petit vélo  
qui tourne tout seul dans la tête...

Pourquoi stressez-vous ?  
Mécanisme du stress

**Un séminaire pour :**

S'apaiser  
Respirer, l'Instant Présent  
Retrouver la confiance en soi  
Partir d'un autre pied...  
Réaliser ses projets propres

**Au programme :**

PNL humaniste, Approche symbolique,  
Rêve Eveillé Dirigé, Hypnose,  
Respiration, ...

Du 24 au 28/08/15  
du lundi au vendredi à Bourges  
de 9h à 13h30

450€ jusqu'au 30/06/15, 480€ ensuite

**Un séminaire sur mesure spécial pour vous !**

**Bulletin d'inscription**

**Gérard Belaud**

Titulaire du Certificat Européen de Psychothérapie  
Enseignant certifié en PNL humaniste

Gérard Belaud - 10bis, bv Joffre 18000 Bourges - 06.50.53.66.88. - [www.oasis-pnl.com](http://www.oasis-pnl.com)