



Et si cette rentrée était l'occasion de reprendre le contrôle ?

Venez repartir avec des techniques simples, concrètes et puissantes pour préserver votre énergie au quotidien, lever vos blocages et alléger votre esprit.

« Venez comme vous êtes, repartez avec des réponses concrètes. » (Places limitées)

Informations Pratiques & Contact

15 € / pers.

- **Horaires** : 10h00 - 17h00 (Déjeuner non compris)
- **Contact** : Nathalie MATHÉ – 06 84 42 17 23 / 06 61 26 68 04
- **Email** : contact@codev-reflex.fr
- **Accessibilité** : Accessible aux personnes en situation de handicap (sauf les toilettes).

Matériel & Conditions

- De quoi prendre des notes, tenue confortable
- Une petite serviette, un plaid
- Crayon de maquillage, gel hydroalcoolique

Créneau / Horaire	Programme de la journée (Échanges, ateliers pratiques et pauses café)
En continu	Accueil & Échanges : Café d'accueil, présentation de nos approches , tests / auto-tests rapides (ex : « Où en est votre niveau de stress ou la clarté dans vos projets ? »).
10h45 – 12h15 (Conférence 45 min)	Conférence interactive : « Décoder les blocages : pourquoi on stagne et comment déclencher le changement » (Co-animée par les 2 intervenantes).
14h00 – 15h00 (Atelier 1h)	Atelier pratique : « L'expérience Codev & Réflex » : Mise en situation concrète.
15h30 – 16h30 (Atelier 45 min)	Atelier découverte : « Boîte à outils pour alléger son quotidien » : Exercices d'ancrage, de clarification ou de projection.

BULLETIN D'INSCRIPTION (À RETOURNER COMPLÉTÉ ET SIGNÉ)

Nom :	Prénom :
Date et lieu de naissance :	N° de téléphone portable :
Adresse complète :	
Email (merci d'écrire lisiblement) :	

Tarif & Règlement (15 €) : Payable à l'inscription en espèces, chèque ou virement. Votre inscription n'est définitive qu'à réception de votre fiche d'inscription dûment complétée, signée et accompagnée du règlement.

Conditions d'annulation : Délai supérieur à 15 jours avant le début de l'atelier : restitution de vos règlements. Délai inférieur à 14 jours avant le début de l'atelier : encaissement de votre règlement (non remboursable sauf cas de force majeure des animateurs).

Fait à : Le :

« J'ai pris connaissance et accepte les conditions de participation
— Prévoir les CGV »

Signature (Lu et approuvé, bon pour accord) :