

# ATELIER

A PARTIR DE L'OUTIL

# IKIGAI

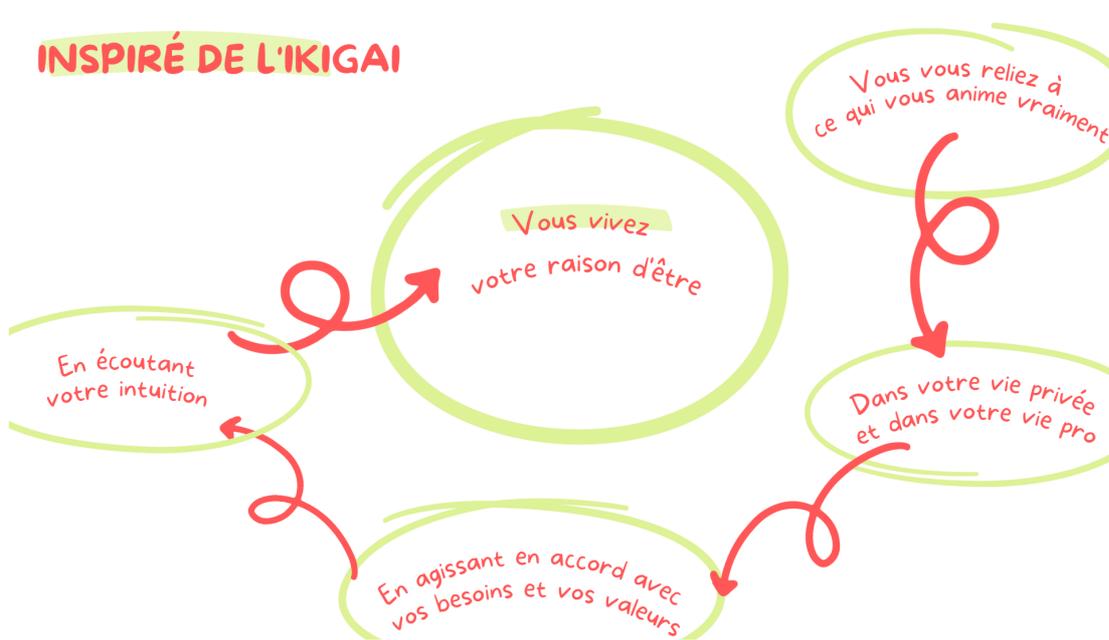
DEUX JOURNÉES DESTINÉES  
À DES FEMMES  
POUR SE DÉVELOPPER  
MIEUX SE CONNAÎTRE

ANIMÉES PAR DEUX PROFESSIONNELLES  
DE LA RELATION D'AIDE

VEN 8 ET SAM 9  
SEPTEMBRE 2023  
OU  
VEN 26 ET SAM 27  
JANVIER 2024

RELIEZ-VOUS À VOTRE NATURE  
DÉCOUVREZ VOTRE RAISON D'ÊTRE

## INSPIRÉ DE L'IKIGAI



Trouver son Ikigai est un concept japonais qui consiste à trouver sa raison (gai) de vivre (iki)

Cet atelier vous permettra dans votre quotidien de trouver du sens vous sentir plus alignée prendre du recul ressentir votre joie de vivre !

### Virginie Kyburz

Psychologue-psychothérapeute  
psy-co.ch

Vanessa Wirth  
Consultante RH et sophrologue  
dypro.ch

Les journées se dérouleront en alternant des temps d'investigation et des temps d'intégration

Nous utiliserons, entre autres, des techniques telles que la sophrologie et les voyages chamaniques

### Deux sessions prévues :

La 1ère en septembre 2023  
La seconde en janvier 2024

### Tarif : CHF 600.-

L'atelier comprend un entretien individuel préalable

Renseignements et inscription à une session :  
+41 79 517 12 11  
vanessa.wirth@dypro.ch

L'atelier aura lieu à l'Espace femmes, à Saint-Aubin-Sauges (NE)

Dans un cadre sécurisant et bienveillant

