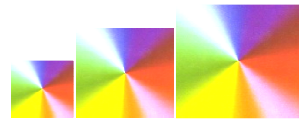




RELIANCE [®]



Présentation Stages

Une belle occasion pour approfondir votre chemin personnel et trouver vos solutions de vie.

Une expérience unique pour aborder les différentes dimensions de l'Être en les unifiant.

Une ouverture certaine pour vous pacifier et enfin aller vers votre chef d'œuvre de vie.

Agenda STAGES

 ***Avec Agnès DELCLAUXpage 3***

Se ressourcer au cœur de l'hiver
20, 21 et 22 janvier 2012

Bellegarde (31) Bien vivre le passage de la ménopause
Balma (31)

 ***Avec Odile BOURDI page 7***

Etre en reliance
23 et 24 juin 2012

Mios (33)

Marcher autrement

 ***Avec Jacques DECHANCE.....page 9***

L'instant présent : RETRAITE ET RESSOURCEMENT
Arcachon (33)

En Reliance : DE L'ETRE A L'ACTION JUSTE
Arcachon (33)

Avec Agnès DELCLAUX

Se ressourcer au cœur de l'hiver

**20, 21 et 22 janvier 2012
Bellegarde (31)**

Au creux de l'hiver, en début d'année, prendre un temps pour se poser et laisser nos graines intérieures germer pour cette nouvelle année.

Les thèmes

- Lâcher prise de ce qui nous encombre, déposer notre cuirasse pour laisser advenir du neuf.
- Descendre en soi pour laisser surgir la question qui nous habite en ce moment.
- Se laisser animer par le souffle et trouver la vitalité de réaliser ce qui nous tient à cœur pour cette année 2011.
- Cultiver les qualités humanistes et spirituelles : humilité, joie, bienveillance, gratitude, paix, confiance en la vie.
- Développer le goût de l'intériorité et vivre l'instant présent en pleine conscience.

Les outils :

Le silence et la présence, la parole ajustée grâce à :

- l'assise immobile en silence et des marches méditatives, inspirées de l'enseignement de K.G. Dürckheim,
- des exercices corporels intériorisés et des relaxations profondes,
- des temps de parole pour partager l'expérience vécue,
- l'expression créative (argile, dessin...) pour symboliser ce qui nous habite,
- la rencontre avec la nature.

Dates :

Du vendredi **20 janvier (18h)** au dimanche **22 janvier(17h) 2012.**
Possibilité d'arriver dans l'après-midi à partir de 15h.

Tarifs :

- hébergement : 65 euros /personne pour le WE.
- Animation et adhésion : 150 € /personne.
Pour les personnes qui suivent un atelier, sont en séances individuelles ou viennent en couple 130 €/personne.

Pour tous problèmes financiers, osez en parler !

Lieu :

Ste Marie du désert 31530 BELLEGARDE Sainte Marie.

Ce lieu est un monastère, dans un bel endroit à la limite du Gers, en pleine nature. Il favorisera l'ouverture à l'intériorité et le ressourcement de chacun.

Ce stage est ouvert à toute personne quelles que soient ses croyances et ses convictions.

Apporter des draps de lit d'une personne et des serviettes de toilette.
Prévoir une tenue souple, chaude et confortable.



Bulletin d'inscription

Nom.....

Prénom

adresse

.....

Tel :

E-mail :

Nombre de places limité pour un travail de qualité.

A retourner avant le 20 décembre 2011 à :

Agnès Delclaux, 38 rue maréchal Lannes 311130 BALMA,

Avec Agnès DELCLAUX



Bien vivre le passage de la ménopause

Balma (31)

Comme tout passage de vie, ce temps de la ménopause peut révéler ou réveiller nos fragilités. Alors, les thèmes abordés seront :

Au niveau corporel

- Vivre des exercices corporels aptes à améliorer notre santé et notre vitalité, notre image de nous-mêmes : renforcer l'ossature, protéger le périnée, cultiver l'enracinement, le hara pour plus de solidité et de confiance.
- Développer une réelle hygiène de vie (sommeil, alimentation, exercice physique ...).
Comprendre les phénomènes physiologiques.

Au niveau émotionnel

- Accompagner nos changements émotionnels, y être attentif, voir les émotions récurrentes, nos zones de trop grande réactivité.
- Faire le deuil de la jeunesse, accepter nos limites, pour mûrir, intégrer notre expérience de vie et s'ouvrir à d'autres possibles.

Au niveau mental

- Partager nos représentations mentales sur ce passage de vie.
Des apports anthropologiques: comment est-ce vécu ailleurs, dans d'autres civilisations ?
- Trouver sa juste place et son identité dans le continuum générationnel.

Développer sa créativité pour une nouvelle vie :

A quelles nouvelles fécondités suis-je appelée ?

Quels sont mes désirs profonds ?

Quels rêves puis-je réaliser ?



Agnès DELCLAUX

Depuis 35 ans je me suis formée de manière intensive aux approches psychocorporelles.

Une analyse jungienne, des formations en sciences humaines et en psychologie appliquée, une formation à l'écoute active m'ont conduite à accompagner depuis 20 ans des groupes et des personnes en séances individuelles, dans une approche pédagogique originale.

Depuis toujours, je travaille en complémentarité avec les médecins et les professions paramédicales.

Membre fondateur du groupe de recherche et de supervision en pédagogie "Reliance".

E.mail : agnes.delclaux@orange.fr

La pédagogie Reliance®

Elle a été fondée par **Jacques DECHANCE**, thérapeute, consultant, auteur de 5 livres (le dernier "Sans amour, qui serions-nous ?" avec Monique Grande éditions du Relié).

Elle est née d'une synthèse des rencontres de travail auprès de **K.G. Dürckheim**, **Taisen Deshimaru**, **Annick de Souzenelle**, la méthode de **Mézières** et ses successeurs, **Feldenkraïs**, ainsi que de l'approfondissement de la psychologie de **Jung**, des processus relationnels de **Jacques Salomé**, de la résilience de **Boris Cyrulnik**.

site : www.reliance.fr

Avec Odile BOURDI

Etre en Reliance

23 et 24 juin 2012

Mieux se connaître, trouver sa place, améliorer la relation à soi et aux autres.

A partir du corps et de la voix : voir, sentir, écouter, exprimer, libérer, créer...

Relier Corps, Cœur, Conscience pour être

Lecorpsavivre.over-blog.com

Avec Odile BOURDI

Marcher autrement



Marcher...

Respirer...

Se relaxer...

Créer...

Au cœur de la nature

Marcher autrement, rencontrer la nature autrement, les autres, soi-même, renouer avec sa créativité naturelle... pour retrouver une harmonie intérieure et la nourrir, pour la joie et non la performance !

Découvrez des méthodes de relaxation simples mais puissantes facilement transposables dans votre quotidien et exprimez-vous en créant des compositions avec les matériaux naturels trouvés en chemin, dans le respect de la nature.

Prévoir pique-nique, vêtements souples et tenue adaptée à la météo du jour, appareil photo (facultatif)

Groupe de 8 personnes minimum et 16 personnes maximum

Prix : 15€/adhérent annuel Reliance 33

20€/externe

Inscription et réservation

Association RELIANCE 33

05 56 02 77 13 / 06 18 04 68 11

Email : odile.bourdi@orange.fr

<http://www.lecorpsavivre.over-blog.com/>

Avec Jacques DECHANCE

L'instant présent
RETRAITE ET RESSOURCEMENT

Arcachon (33)



**Au cœur de l'hiver,
le stage qui va vraiment vous faire du bien.**

**Une retraite-ressourcement
pour enfin vous poser et aller à l'essentiel.**

**Dans un superbe environnement,
vous cultiverez le meilleur de vous-même.**

C'est un besoin essentiel ! Retrouver régulièrement un état profond de calme et de sérénité est vital pour notre vie. Que ce soit pour mieux vivre les événements, pour guérir, pour être dans des relations vraies ou accompagner les autres avec justesse... une certaine paix intérieure est nécessaire. Se laisser conduire au cœur de notre être, véritable sens du mot méditer, est une expérience qui ouvre la porte sur une présence toute autre à la vie. Cultiver les qualités dites spirituelles, telles que la confiance, la bienveillance, la joie intérieure et la puissance de l'amour en soi, n'est-ce pas un temps utile pour l'homme, la femme d'aujourd'hui ?

A travers l'exercice centré sur l'être, c'est tout le passage entre réussir sa vie et s'accomplir véritablement qui s'opère. C'est un saut qualitatif qui nous fait entrer dans l'instant présent sur un tout autre plan.

Assis, immobile, face à soi-même, les masques tombent, la vision se fait plus pénétrante sur le réel, une lucidité nouvelle surgit et le souffle de la vie nous met naturellement en ordre, en plénitude, en unité. Ces qualités vont alors s'exprimer dans l'expression du geste juste, du son de la voix, dans la justesse d'intention et dans la vie quotidienne.

Notre vraie nature peut émerger, notre vraie place dans le monde peut se poser, toujours plus évidente. Vivre une retraite ressourcement, c'est s'offrir une véritable permission, un « permis de vie » qui restera en mémoire dans l'instant présent.

***« Nous devons être le changement
que nous voulons voir dans le monde », Gandhi***

Thèmes :

- Déposer les armes et se pacifier.
- Développer le goût de l'Être.
- Laisser surgir qui nous sommes.
- Accepter de mûrir intérieurement.
- Cultiver les qualités humanistes et spirituelles.
- Développer nos forces de guérison.

Outils :

Le silence et la présence grâce à l'alternance de :

- L'assise silencieuse guidée, inspirée de l'enseignement de K.G. Dürckheim et de la tradition zen et orthodoxe.
- La pratique de l'intériorité et de la relaxation profonde.
- L'exercice du geste juste, du souffle et du son.
- Des passages symboliques pour délier et relier.
- La rencontre avec la nature.
- La parole ajustée et le partage.

A noter : Association Reliance®, 30 ans d'expérience, une éthique claire, voir historique sur le site. Pour tout problème financier, mais forte motivation... osez en parler !

Pour plus de précisions sur les contenus, veuillez contacter directement Jacques Dechance, ce contact nous permettra de mieux situer votre demande et d'y répondre au mieux.

e.mail : j.dechance.cf@wanadoo.fr

Avec Jacques DECHANCE

En Reliance : de l'Être à l'action juste

**Sagesse du corps et du cœur
pour une conscience éveillée**

Arcachon (33)

- S'ajuster corporellement par l'exercice du geste juste.
- Prendre soin de soi et de sa santé par un éveil du bon sens et de vrais conseils pratiques.
- Mieux maîtriser les pressions, son type particulier de stress grâce à des pratiques claires et efficaces au quotidien.
- Ouvrir l'intuition du cœur et apprendre à se laisser guider avec discernement.
- Oser décider et mettre en acte en structurant ses désirs et ses prises de risque.

L'exercice du corps, le partage, le vécu symbolique, l'art du coaching, ... et trente années d'expérience de l'intervenant vous feront cheminer avec justesse vers le meilleur de vous-même. Une session pour enfin passer de la bonne intention à l'action juste pour soi, avec les autres, dans votre environnement.

A noter : Association Reliance®, 30 ans d'expérience, une éthique claire, voir historique sur le site. Pour tout problème financier, mais forte motivation... osez en parler !

Pour plus de précisions sur les contenus, veuillez contacter directement Jacques Dechance, ce contact nous permettra de mieux situer votre demande et d'y répondre au mieux.

Jacques DECHANCE, fondateur de la pédagogie RELIANCE®

✚ **Thérapeute**, dans le beau sens du terme, Jacques Dechance n'est ni un psy, ni un guérisseur. Loin des querelles liées aux psychothérapies actuelles, il se positionne dans le champ de la recherche holistique de la connaissance de soi, de l'autre et du système dans lequel nous évoluons.

Il oriente si nécessaire les personnes qui en ont besoin sur le champ psy ou médical. Par ailleurs, il n'adhère à aucune religion tout en les respectant, mais se nourrit aux sources des grandes traditions spirituelles et des grands humanistes.science.

Ce chemin de vie se veut, humblement, une exploration sincère de l'humain par l'expérience, l'exercice et la parole.

Une vision « holistique* » du développement personnel et relationnel a pris forme.

Un itinéraire de croissance et d'autonomie est né.

« 30 années de vécu intense, 55 ans, une vie familiale épanouissante, une vocation réalisée et des projets passionnants à venir, oui... les épreuves valaient le coup d'être accompagnées et traversées. Oui... une vie aimante et pleine de sens sont bien au bout d'un cheminement sincère ».

Les étapes citées correspondent à des temps forts d'approfondissement au cours de la vie du fondateur. Certaines de ces étapes sont décrites dans son premier ouvrage.

✚ **Auteur de plusieurs ouvrages de référence en France et à l'étranger :**
« Le développement personnel, pourquoi, comment ? » 1995 *épuisé* - « Oser décider », collection entraîneur de vie - « La clarté relationnelle », collection entraîneur de vie, préfacé par J. Salomé. - « Une créativité à toute épreuve », collection entraîneur de vie. Les éditions Le Souffle d'Or. Ouvrages traduits à l'étranger

✚ **Consultant**

Depuis 25 ans, je suis systématiquement sur le terrain et je réponds aux besoins spécifiques des personnes, des entreprises et des institutions en recherche d'interventions opérationnelles et d'optimisation des potentiels.

Expert en coaching et management systémique, accompagnant d'équipes de direction et cadres supérieurs. Développeur des potentiels humains, il dynamise les Hommes et les Equipes en alliant performance efficacité et humanisme. (références : www.dechance-consulting.fr)

(*) Holistique - holos : le tout. C'est une façon d'appréhender le monde de manière globale et systémique. Nous pourrions ainsi éclairer «le Tout » par le tissage cohérent qui relie les parties entre elles. Mais aussi par le fait que chaque partie contient le tout.