

Ça se passe à votre magasin La Vie Claire Genay

Jeudi 17 Janvier 2019

Découvrez l'EFT!

**E, F, T pour Emotional Freedom Technic,
Technique de Libération émotionnelle**

L'EFT est un outil de libération et de reprogrammation psycho-émotionnelles qui consiste en des séquences de tapotements sur des points énergétiques du corps, que l'on retrouve en médecine traditionnelle chinoise, associées à des affirmations prononcées à voix haute. Certains exercices font travailler alternativement les hémisphères cérébraux, permettant une libération et une reprogrammation des croyances indésirables. Lors d'une séance, nous identifions ensemble ces croyances qui vous limitent et les déprogrammons, afin de les remplacer par des pensées aimantes et aidantes pour vous.

*Animé par Florence Fourtou
Thérapeute holistique*

Forte de douze années d'expériences dans le domaine de la santé, j'ai passé ces cinq dernières années à découvrir et pratiquer d'autres méthodes de guérison de par le monde. Ma conclusion est que l'on peut apporter une aide véritablement bénéfique à chacun, en intégrant les médecines dites classiques et alternatives intelligemment.

Notre bien-être psycho-émotionnel peut être affecté par les défis que la vie nous présente quotidiennement. Des outils psychothérapeutiques simples à utiliser dans la vie de tous les jours peuvent faire une réelle différence. En étant notre propre soutien, nous vivons mieux avec nous-même et avec les autres.

www.flowoflife.fr



Sur inscription, à l'accueil de votre magasin