

BILAN ET CHEMINEMENT

Alors que le monde est en pause, nous pouvons profiter de ces moments pour prendre un dernier coup d'œil à notre année précédente et pour planifier celle qui s'en vient.

D'abord, mettez votre musique préférée et dansez! Sortez le méchant, acceptez la vie et appréciez le moment. Ensuite, répondez à ces questions par des mots, des dessins, des textes, des danses... C'est à votre guise.

C'est votre moment.

2019

Quel est mon plus précieux apprentissage de 2019?

Quel est mon plus grand succès?

Pour quoi ai-je le plus de gratitude?

2020

Quel trait (qualité) j'aimerais développer cette année?

Qu'est-ce que j'aimerais accomplir en 2020 pour mon développement personnel?

Qu'est-ce que je veux de nouveau dans ma vie?



Ceci est un résumé du café visio-confinement du mardi 7 avril 2020. Les ateliers ont lieu tous les mardis sur Zoom dès 13h30. Pour vous y inscrire :

intervenante@centrellesfemmes.com