



**Introduction à l'IFS, Internal Family Systems**  
*Découvrir la beauté du vivant en soi,  
par le dialogue avec notre famille intérieure*  
**Cursus de deux fois deux jours, en présentiel**

Animé par **Véronique Jaillette** et **Sandrine Colas**  
A Cheviré-Le-Rouge, en Anjou (49150)

**MODULE 1**

**Découvrir nos parts, expérimenter la connexion au Self et le dialogue intérieur**

Du samedi 15 au dimanche 16 avril 2023,  
à Cheviré-Le-Rouge

Tarif : 250 € pour les deux jours

**MODULE 2**

**Approfondir la connexion au Self et dialoguer avec nos parts motrices**

Du samedi 10 au dimanche 11 juin 2023,  
à Cheviré-Le-Rouge (49150)

Tarif : 250 € pour les deux jours

**LES DEUX WEEK-ENDS PEUVENT ÊTRE SUIVIS SÉPARÉMENT !!**

Pour le second week-end (module 2), on peut soit avoir participé au module 1, soit avoir déjà une expérience significative du modèle.

**Tarif du cursus complet : les 2 week-ends : 460 €**

**LES ANIMATRICES**

**Véronique Jaillette**



Je suis psycho praticienne en systémie familiale intérieure. Depuis 2018, j'exerce en région Parisienne et anime des stages de "Découverte de la beauté du vivant en Soi", basés sur l'approche Internal Family Systems ([IFS-Association.com](http://IFS-Association.com)) ou dialogue avec les parts de Soi. Depuis mon plus jeune âge, je suis engagée sur un chemin d'ouverture de conscience et de reconnexion à ma véritable nature.

**06.76.83.87.58**  
**[veronijail5691@gmail.com](mailto:veronijail5691@gmail.com)**

**Sandrine Colas**



Je suis psycho praticienne en systémie familiale intérieure depuis 2018. J'exerce en Région Parisienne dans le Val de Marne. Engagée sur un parcours de certification CNV, j'anime des sensibilisations et un groupe de pratique. J'anime également les téléconférences au sein de l'association Au Bout Du Fil "Partageons nos petits bonheurs", "Rions ensemble de nos coups de gueule" et " Voyageons dans nos souvenirs d'enfance" auprès de personnes âgées.

**06.32.44.42.40**  
**[energie.ifs@gmail.com](mailto:energie.ifs@gmail.com)**

## LE MODELE IFS

**Notre approche** est basée sur le modèle IFS, ou systémie familiale intérieure ([Internal Family Systems](#)) du psychologue américain [Richard Schwartz](#) (Docteur en Thérapie Familiale et Conjugale) qui permet un dialogue entre les différents aspects de nous-mêmes, ou parts de nous-mêmes, et ce qu'il a nommé le "Self" (ou "Soi"). Dans le **module 1**, nous découvrons la beauté de notre multiplicité intérieure, et dans le **module 2**, nous expérimentons un dialogue approfondi avec une ou plusieurs de nos parts motrices, afin de comprendre leurs besoins et de leur permettre de se nourrir de l'énergie bienveillante du Self.

**Le dialogue** avec les parts de Soi est un puissant moyen d'ancrage et de réunification intérieurs. C'est aussi, pour celles et ceux qui ressentent cet appel, un chemin vers une redécouverte de notre véritable nature.

**Vous repartirez** avec une conscience nouvelle de votre monde intérieur et de son fonctionnement. Vous découvrirez des outils pour prendre du recul, accueillir vos différentes parties et apprendrez à reconnaître et développer vos ressources. Vous approfondirez la connexion à votre espace intérieur de calme, de confiance et de clarté, le Self (ou Soi).

*Ces stages ne sont pas des espaces de guérison ni de thérapie, et ne constituent pas non plus des lieux d'apprentissage suffisant du modèle en vue d'accompagner une clientèle. Ils permettent une première découverte du modèle IFS, une connexion à soi permettant une compréhension et un apaisement de son fonctionnement intérieur.*

## LE LIEU DES STAGES



L'atelier : salle de pratique



La maison d'hôtes

Charmante propriété, à 30 km d'Angers, au sein de 2 ha de campagne arborée.

Lieu-dit La Joncheraie – Les Eaux Fertiles – Route de la Maugassière - 49150 Chevire-Le-Rouge

Nourriture végétarienne, principalement biologique. Hébergement sur place ou en gîtes et chambres d'hôtes ou bien sous tentes selon la saison.

Pour tout renseignement sur l'hébergement, les repas et les moyens d'accès, merci de contacter Geneviève Grelier, 06.14.02.58.20 - [genevievegrelier4975@free.fr](mailto:genevievegrelier4975@free.fr)

## **BULLETIN D'INSCRIPTION**

**Intitulé de la formation :** Découvrir la beauté du vivant en soi- Séminaire d'introduction à l'IFS (Internal Family Systems)

**Module 1 :** découverte du dialogue intérieur, sensibilisation, connexion au Self

**Module 2 :** approfondissement. Ciblage d'une ou plusieurs parts

**Animée par :** Sandrine Colas et Véronique Jaillette, praticiennes IFS

**Dates :** **Module 1 de découverte :** 15 et 16 avril 2023, de 9h30 à 17h30

**Module 2 d'approfondissement :** 10 et 11 juin 2023 mêmes horaires

**Nombre de jours :** 2 **Nombre d'heures :** 14

**Déroulement du stage :** **Module 1 et Module 2 :** à Cheviré-Le-Rouge, à 30 km d'Angers

**Tarifs :** **Inscript. à 1 seul module :** 250€ - **Inscript. au Mod. 2** si on a déjà le Mod. 1 : 210 €

**Inscription directe au cursus des deux modules :** 460 €

**Prérequis :** Pour le Module 2 d'approfondissement, il est demandé d'avoir suivi un Module 1 de découverte ou d'avoir déjà une expérience significative de la connexion à ses parts.

---

### **DEMANDEUR :**

c M.                    c Mme Prénom : ..... Nom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Tél. mobile : ..... Mail : .....

### **JE M'INSCRIS POUR LE MODULE :**

cMod. 1 – 15/16 avril 23 – 250 €                    cMod. 2 – 10/11 juin 23 – 250 €                    cCursus complet – 460 €

cJ'ai participé au Module du .....(préciser la date). Je paye 210 € pour le module 2

### **MODALITES DE REGLEMENT :**

Merci de retourner ce bulletin d'inscription accompagné de deux chèques (arrhes 100 € et solde) valant réservation, daté et signé à l'ordre de Véronique Jaillette, au 21D, chemin des Bœufs, 91300 MASSY, ou daté et signé à l'ordre de Sandrine Colas, chez CPC, 59b avenue Foch, 94100 St-Maur-des-Fossés. Si vous souhaitez régler par virement, merci de demander le RIB (adresses mail ci-dessous).

### **En cas de désistement :**

- moins de 3 semaines avant le début du stage, le chèque d'arrhes est encaissé,
- moins de 10 jours avant le début du stage, la totalité du coût du stage est conservée sauf conditions ci-dessous :  
le coût du stage peut-être remboursé en cas de force majeure, ou si une personne en liste d'attente peut vous remplacer (celle-ci est constituée au-delà de 12 inscriptions).

**Date :**

**Signature :**