

# SEMINAIRES D'INTRODUCTION A L'IFS (Internal Family Systems)

## MODULE 1 DECOUVERTE ET MODULE 2 APPROFONDISSEMENT

*Découvrir la beauté du vivant en soi, par le dialogue avec notre famille intérieure*

Animés par **Sandrine Colas** et **Véronique Jaillette**



### EN VISIO-CONFERENCE

*Découvrir la beauté du vivant en Soi ;*

***Avec douceur et délicatesse,***

*Par le dialogue avec nos parts intérieures.*

*Expérimenter la connexion au Self,*

*Et la douceur d'un processus de réconciliation avec Soi-même.*

Notre approche est basée sur le modèle IFS (Internal Family Systems) du psychologue américain Richard Schwartz (Docteur en Thérapie Familiale et Conjugale) qui permet d'établir un dialogue entre les différents aspects de nous-mêmes (nos parts) et ce qu'il a nommé le "Self" (ou "Soi"). L'IFS permet un puissant ancrage, par la désactivation des émotions, l'harmonisation et la mobilisation des ressources intérieures.

**POUR QUI ?** Ces stages s'adressent à toute personne désireuse d'avancer sur un chemin de découvertes et d'expansions intérieures. Le module 1 permet de comprendre les grands principes de l'approche IFS, et de commencer à expérimenter le dialogue avec les parts de Soi. Le module 2 propose un approfondissement et une intégration des expériences vécues.

**VOS ACQUIS :** Vous repartirez avec une conscience nouvelle de votre monde intérieur et de son fonctionnement. Vous découvrirez comment trouver en Soi de l'espace et de la légèreté, comment entrer en amitié avec ses parts et retrouver une Unité intérieure, vous expérimenterez des outils du quotidiens pour grandir vers Soi en autonomie.

**DATES ET HORAIRES :** Premier module : jeudi 25 et vendredi 26 mai 2023 ou vendredi 22 et samedi 23 septembre, et second module : vendredi 6 et samedi 7 octobre 2023, de 9h30 à 16h30.

#### Véronique Jaillette



Je suis psycho praticienne en systémie familiale intérieure. Depuis 2018, j'exerce en région Parisienne et anime différents stages et ateliers.

Depuis mon plus jeune âge, je suis engagée sur un chemin d'ouverture de conscience et de reconnexion à ma véritable nature et j'accompagne les personnes qui le souhaitent sur ce chemin.

**06.76.83.87.58**

**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**

**TARIFS :** 250 € pour les deux jours de séminaire en visio. 460€ si inscription aux deux modules.

**MODALITES :** Ces stages se dérouleront en visio-conférence. Les liens d'accès vous seront envoyés quelques jours avant le début du stage. Nous vous communiquerons également une liste de petit matériel à prévoir.

**LES DEUX STAGES, DECOUVERTE ET APPROFONDISSEMENT, PEUVENT ETRE SUIVIS SEPAREMENT SOUS CONDITION (contacter Véronique ou Sandrine) – BULLETIN D'INSCRIPTION PAGE SUIVANTE**

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION – MODULES 1 ET 2 DU STAGE « DECOUVERTE DE L'IFS

**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 :** jeudi 25 et vendredi 26 mai 2013, de 9h30 à 16h30

**Ou :** vendredi 22 et samedi 23 septembre, de 9h30 à 16h30

**Module 2 d'approfondissement :** vendredi 6 et samedi 7 octobre de 9h30 à 16h30

**Nombre de jours :** 2 **Nombre d'heures :** 13 pour un module

**Déroulement du stage :** **Module 1 :** par visioconférence zoom

**Module 2 :** par visioconférence zoom

**Tarifs :** **Un seul module, par zoom :** 250€

**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 (à préciser) OU POUR LE CURSUS DE 2 MODULES (à préciser) :

cMod. 1 – 25/26 mai cMod. 1 – 22/23 sept. cMod 2 – 6/7 oct.

cCursus complet 25/26 mai & 6/7 oct. cCursus complet 22/23 sept. & 6/7 oct.

cJ'ai déjà participé au Module 1 (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, 29b avenue Foch, 94100 St-Maur-des-Fossés. Si vous souhaitez régler par virement, merci de demander le RIB (adresses mail en première page).

### 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 :**