



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 Saint-Jean D'Ilac, 33127, Gironde, entre Bordeaux et l'Océan

<p><u>MODULE 1</u></p> <p>Découvrir nos parts, expérimenter la connexion au Self et le dialogue intérieur</p> <p>Du vendredi 24 au samedi 25 mai 2024</p> <p>Tarif : 250 € pour les deux jours</p>	<p><u>MODULE 2</u></p> <p>Approfondir la connexion au Self et dialoguer avec nos parts motrices</p> <p>Du vendredi 28 au samedi 29 juin 2024</p> <p>Tarif : 250 € pour les deux jours</p>
--	---

Les deux week-ends peuvent être suivis séparément !

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

Tarif des 2 week-ends : 480 €

Nombre de places limité

LES ANIMATRICES

Véronique Jaillette



Je suis psycho praticienne en systémie familiale intérieure. Depuis 2018, j'exerce en région Parisienne. 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

Sandrine Colas



Psycho praticienne formée à la CNV, j'accompagne des adultes en individuel et en groupe. J'aspire à transmettre la paix, le calme et la joie intérieure. J'anime également des cercles de paroles auprès de personnes âgées au sein de l'association Au Bout Du Fil.

06.32.44.42.40
scolas.adv@gmail.com

LE MODÈLE 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 découverte de soi, une compréhension et un apaisement de son fonctionnement intérieur, basés sur l'approche IFS.

LE LIEU DES STAGES



Dans une maison au coeur d'un cocon de verdure, proche de la gare SNCF Marcheprime, en direction d'Arcachon et à quelques km du bassin d'Arcachon et de l'océan.

Accès en voiture par la D106.
Bus 601 direction Lège Cap Ferret, arrêt le Las
Possibilité de rejoindre le bassin à Andernos en 20 mn et les premières plages de l'océan sont à 30 mn.

Pour les repas, nous avons des restaurants et supérette et biocoop alentour.

Prévoir un repas froid et le 2ème jour, nous pourrons partager un repas sur place en mode Auberge Espagnole.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Intitulé du stage : Découvrir la beauté du vivant en soi

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 :** 24 et 25 mai 2024, de 9h30 à 16h30

Module 2 d'approfondissement : 28 et 29 juin, de 9h30 à 16h30

Nombre de jours : 2 **Nombre d'heures :** 13

Déroulement du stage : **Module 1 et 2 :** à St Jean d'Ilac (33), près de Bordeaux

Tarifs : **Un seul module** : 250€

Deux modules consécutifs : 480 €

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 :

M. Mme Prénom : Nom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. mobile : Mail :

JE M'INSCRIS POUR LE MODULE :

Mod. 1 - 24 et 25 mai. 2024 – 250 € Mod. 2 – 28 et 29 juin – 230 € Coursus complet – 480 €

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, 214 allée des primevères, 33127 St Jean D'Ilac.

Je souhaite régler par virement, merci de m'envoyer un RIB.

En cas de désistement, merci de nous contacter.

Date :

Signature :