



Accompagnement individuel  
Cercles de paroles  
Week-ends pour Soi



## Claire Bourbon

Accompagnement individuel et collectif  
inspiré par  
L'Approche Centrée sur la Personne,  
Le Yi Jing et Les Fleurs du Dr Bach

49 rue St Antoine - 69620 THEIZE  
06 50 83 90 31  
claire.bottobourbon@gmail.com



### **Les Fleurs du Dr Bach**

Le Dr Bach a mis au point 38 remèdes à base des vibrations de fleurs. Un mélange « sur mesure » de ces remèdes nous aide à équilibrer nos états émotionnels et à en faire des ressources au service de notre potentiel.

Je pratique le conseil en fleurs de Bach depuis 10 ans.

### **Le Yi Jing**

Le Yi Jing est un très vieux livre chinois, fondateur des concepts du Yin et du Yang, témoin d'une sagesse éprouvée sur 2 millénaires.

Ce livre, on l'interroge... à l'aide de 3 pièces, ou de baguettes d'achillée... à un instant donné, par rapport à une situation donnée, selon les principes de la synchronicité.

Il nous propose une description du réel en mouvement.

Je pratique le Yi Jing depuis 25 ans.

*En savoir plus :*

<http://cercle-yijing.net/wp/quest-ce-que-le-yi-jing>

### **Approche Centrée sur la Personne**

Démarche d'accompagnement mise en œuvre et conceptualisée par Carl Rogers.


J'ai approfondi la démarche de Carl Rogers, psychologue clinicien, dans le cadre d'un travail de thèse de doctorat sur l'accompagnement du changement en entreprise. C'est cette démarche qui m'inspire depuis 30 ans dans mes entretiens individuels ou dans l'animation de groupes.

*En savoir plus :*

<http://acp-pr.org/caracteristiques.html>



## Accompagnement individuel



**Centrée sur vos ressources, par une écoute bienveillante et empathique, je reformule ce que j'entends, et vous aide ainsi à affiner vos ressentis, difficultés et objectifs.**

Les représentations issues du Yi Jing et/ou des Fleurs de Bach déclencheront un regard nouveau, facilitant des prises de conscience qui vous aideront à :

- aller vers plus de sérénité, de bien-être et de confiance
- prendre des décisions personnelles ou professionnelles
- traverser une étape délicate de votre vie...

Vous pourrez repartir avec un flacon de Fleurs de Bach « sur mesure ».




**Sur rendez-vous les vendredis et samedis.**


### **Tarifs par séance en individuel :**

**40 €** - enfants / adolescents  
(durée : 45 minutes à 1h)

**60 €** - adultes pour une séance ponctuelle  
(aide à la décision par exemple - durée : 1h30)

**50 €** - adultes pour une démarche d'accompagnement  
(au minimum 3 séances - durée : 1h à 1h30)





## L'atelier du Yi Jing - cercles de paroles



**Lors de chacune des rencontres proposées, je vous propose d'interroger le Yi Jing à partir d'un questionnement personnel.**

Chemin faisant, et grâce aux échanges de ressentis et de vécus entre participants, nous pourrons :

- ajuster notre positionnement dans des situations complexes
- prendre des décisions difficiles à prendre
- inspirer nos démarches créatives
- mieux cadrer nos projets...


Parallèlement, vous pourrez vous familiariser avec ce vieux livre chinois et en appréhender la délicatesse et la profondeur.



### **Prochain cycle :**

Samedi 2/02, samedi 16/03, samedi 13/04, samedi 11/05, samedi 8/06, samedi 6/07.  
De 9h30 à 12h30.

**Tarif : 30 €** par séance, engagement sur les 6 séances.





# Un Week-end pour Soi

*En partenariat avec Eveille ta Nature.*



**Un programme rythmé avec plusieurs temps dédiés :**

- **Marche dans la nature environnante**
- **Spa (hammam, sauna, piscine, Jacuzzi)**
- **Pratique du Yoga**
- **Temps d'introspection et d'échanges inspirés par le Yi Jing, la sagesse des Yogis, et les Fleurs de Bach.**

**Les animatrices :** Julie Vauchel Riss et moi avons de nombreuses années de pratique dans l'accompagnement des personnes et des groupes. Notre amour du vivant et notre passion des chemins de transformation nous relient et nous rendent complices.

Nos outils, personnalités et pratiques spécifiques nous rendent complémentaires.

**Julie Vauchel Riss est professeur de Yoga, yogathérapeute et naturopathe.**

Elle a créé et anime Eveille ta Nature.

<http://eveilletanature.fr>



**Prochaine date :** du vendredi 29/03 à 17h au dimanche 31/03 à 17h (**ouvert aux débutants en Yoga**)

**Lieu :** Gîte du Buis du Creux, COGNY

**Tarif : 250 €** (hébergement et repas BIO compris, seul le repas du vendredi soir sera à prévoir pour un partage convivial !)

En collectif, jusqu'à 10 participants.

