



BROCHURE AUTOMNE 2021



ÉCOUTE TON CORPS

Être bien, ça s'apprend

*Une saison de
bonheur et de beauté*



Article de Lise Bourbeau

Êtes vous en contact avec la beauté de la vie

La beauté joue un rôle très important pour chacun de nous. D'ailleurs, sans beauté dans sa vie, l'humain devient dépressif et perd le goût de vivre. Tout comme les corps physique et mental ont besoin d'être nourris, le corps émotionnel nécessite, entre autres, pour son équilibre, d'être alimenté par la beauté. Une personne qui ne peut voir la beauté autour d'elle aura beaucoup de difficulté à être enthousiaste.



Comment définir la beauté? Il est vrai que c'est bien relatif et très personnel. Certaines personnes s'extasient devant un tableau alors que d'autres ne lui trouvent rien d'admirable. Cela nous surprend aussi parfois que les couleurs, les vêtements, la musique ou l'architecture que nous aimons puissent ne pas plaire aux autres.

L'important pour jouir pleinement de la beauté, c'est d'apprendre à la ressentir. Ce qui alimente le corps émotionnel, c'est ce qui se passe à l'intérieur de nous, ce que nous ressentons au contact d'une chose ou d'une personne. Certaines personnes sont très expressives et s'exclament à la vue de ce qui est beau, mais sans rien sentir en elles. D'autres sont profondément touchées par la beauté et sont pourtant incapables d'exprimer ou de dévoiler leurs impressions. Prenez le temps de vérifier quelles sont vos sensations intérieures. Vous arriverez petit à petit à savoir dans quelle partie de votre corps vous ressentez l'effet que la beauté a sur vous. Vous constaterez aussi que celle-ci vous touche différemment d'une fois à l'autre.

C'est une excellente habitude à prendre que de rechercher la beauté autour de vous. Si vous êtes du genre à ne voir que les moindres défauts des gens que vous côtoyez ou des choses que vous regardez, votre corps émotionnel risque d'être en manque de nourriture. Pour commencer, il est encore plus important de voir la beauté en vous. Avez-vous déjà pris le temps de faire une rétrospection pour noter ce qui vous plaît dans votre apparence physique, votre comportement ou votre attitude? Ne serait-ce pas plus agréable d'être attentif à vos qualités plutôt qu'à ce que vous trouvez désagréable ou indésirable? Pouvez-vous ressentir le bonheur d'apprécier la beauté en vous et autour de vous? Vous savez certainement que plus nous prêtons attention à quelque chose, plus nous l'alimentons. La reconnaissance et l'appréciation de la beauté vous permettent d'alimenter votre corps émotionnel rapidement.



Article de Lise Bourbeau (suite)

Voici quelques suggestions pour augmenter votre capacité d'être en contact avec la beauté dans votre vie. Premièrement, je vous suggère de faire le ménage dans votre maison, vos vêtements, enfin, tout ce que vous possédez. Jetez, vendez ou donnez tout ce que vous n'appréciez plus. Je suis certaine que ces objets pourraient plaire à quelqu'un d'autre. Même si ce n'est pas facile pour vous, je peux vous assurer les bienfaits de cet exercice. Vous faites ainsi de la place pour de nouvelles BELLES choses. Et comme tout ce qui est dans notre monde physique reflète notre monde psychologique, vous serez porté, malgré vous, à faire la même chose intérieurement. Vous découvrirez de nouveaux aspects de vous qui vous réjouiront et vous reprendrez contact avec la belle personne que vous êtes.

Deuxièmement, je vous suggère de faire une liste de toutes les personnes que vous côtoyez régulièrement. À côté de leurs noms, indiquez ce que vous trouvez de beau chez elles, de leur apparence et de leur caractère. Il ne vous reste plus qu'à prendre le temps de leur partager vos notes. Vous verrez à quel point c'est énergisant d'apprécier la beauté et d'en parler. Il est fort possible qu'il vous soit plus facile de faire la liste pour les autres que pour vous-même. Si c'est le cas, pourquoi ne pas leur dire : Je suis en train d'apprendre à apprécier la beauté. J'ai donc fait une liste de tout ce que je trouve beau chez mes proches et chez moi. Je dois avouer que j'ai plus de difficulté à le faire pour moi que pour les autres. Aurais-tu l'amabilité de me dire seulement une qualité que tu apprécies chez moi pour que je puisse la rajouter à ma liste? Il se peut que la personne soit surprise de votre demande, mais sachez que votre initiative pourrait aider les autres autant que vous à apprécier davantage ce qui est beau.

Si chaque jour vous prenez la bonne habitude de vous entourer de beauté et de la rechercher en vous et à l'extérieur de vous, vous découvrirez rapidement à quel point votre vie émotionnelle sera transformée. Vous aurez plus de facilité à savoir ce que vous voulez, vos désirs deviendront des buts que vous poursuivrez plus facilement, vous serez moins émotif et vous développerez plus de confiance en vous. Bref, votre vie émotionnelle sera plus équilibrée. De plus, vous serez ravi d'entendre vos proches vous dire que vous devenez de plus en plus beau avec le temps. C'est votre beauté intérieure qui sera visible.

Écoutez Nathalie vous lire cet article



Activités gratuites en ligne



Méditation mensuelle avec Manon Pelletier



Un lundi par mois à 7h (heure de Montréal, 13h en France)

27 septembre: **Unifier le féminin et masculin en soi**

25 octobre: **Se recentrer** (face à un malaise physique, émotionnel ou mental)

22 novembre: **Harmoniser ses centres d'énergie**

20 décembre: **Unifier le féminin et le masculin en soi**

Conférences avec Nathalie Bégin



Mardi 9 novembre

à 14h (heure de Montréal, 20h en France)

Comment faire respecter votre espace

Vendredi 3 décembre

à 14h (heure de Montréal, 20h en France)

Comment être à l'écoute de votre cœur

Abonnez-vous à notre infolettre pour être informé d'autres conférences qui s'ajouteront au fil des mois.

Vous devez avoir un compte sur notre portail pour pouvoir vous inscrire à ces activités gratuites. Si vous n'en avez pas, faites ce qui suit:

- Créez un compte (cela prend 1 minute)
- Cliquez ensuite sur INSCRIPTION/INTÉRÊT AUX ACTIVITÉS
- Cliquez sur l'onglet ACTIVITÉS GRATUITES
- Sélectionnez "Méditation guidée" ou "Conférences" et la date.
- Une fois inscrit/e, vous recevrez un email avec les détails de connexion.

Vous pouvez également nous appeler au 1-800-361-3834 (Amérique du Nord) ou 01 76 66 07 55 (France) et nous le ferons pour vous.

Réservez votre place dès maintenant
en visitant le portail Écoute Ton Corps.



Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55



Premier atelier?

Vous désirez suivre un premier atelier de développement personnel avec nous? Nous vous suggérons **l'atelier ÊTRE BIEN** qui est donné sur deux jours. Vous avez le choix:

- participer à la première journée ou aux deux;
- le suivre en ligne ou en présentiel.



Jour 1 - ÊTRE BIEN avec soi

Venez découvrir ce qui vous empêche d'être bien. Vous expérimenterez plusieurs moyens concrets pour vous libérer, étape par étape, d'un problème personnel.

Jour 2 - ÊTRE BIEN avec les autres

Venez découvrir pourquoi vos relations et les situations que vous vivez ne sont pas toujours comme vous le souhaitez. Vous apprendrez plusieurs moyens concrets pour vous libérer, étape par étape, d'un problème relationnel.

Cliquez sur la fleur pour en savoir plus sur cet atelier et découvrir les villes et les dates.

Depuis 39 ans, des milliers de personnes ont décidé de transformer leur vie avec les outils enseignés dans cet atelier.

Et si vous vous permettiez d'être bien vous aussi?



Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55

Nos ateliers



**Plusieurs ateliers de deux jours, un même objectif :
vous aider à vous aimer et vous accepter tel-le que vous êtes.
Peu importe le thème de l'atelier, seule l'acceptation et la mise en
application des outils enseignés permettent une transformation.**

[Autonomie affective](#)

[Bien gérer le changement](#)

[Comment apprivoiser les peurs](#)

[Comment développer le senti](#)

[Comment être une personne centrée](#)

[Comment gérer la colère](#)

[Comment se libérer d'un stress](#)

[Communiquer avec les différents masques \(partie 1 et 2\)](#)

[Confiance en soi](#)

[Décodage de vos rêves et de votre habitation](#)

[Décodage des malaises et maladies](#)

[Découvrez votre puissance intérieure](#)

[Devenir observateur plutôt que fusionnel](#)

[Écoute et mange sans culpabilité](#)

[Écoute ton âme](#)

[L'écoute et la communication](#)

[Les 5 blessures de l'âme](#)

[Les pièges relationnels](#)

[Prospérité et abondance](#)

[Répondre à ses besoins](#)

[Retrouver sa liberté](#)

[Se libérer de l'emprise de l'égo](#)

[Se libérer de la culpabilité](#)

[Vivre harmonieusement l'intimité et la sexualité](#)

Ces ateliers
se donnent
en ligne
ainsi qu'**en**
présentiel
dans
quelques
villes.



Cliquez sur l'atelier
de votre choix pour
découvrir la
description, le tarif
et les dates.

Connaissez-vous nos réductions?

Offertes aux couples,
aux gens aux études à
temps plein, aux
demandeurs d'emploi
(chômage), aux
personnes âgées de 25
ans et moins ou 65 ans
et plus. **Information ici.**

**Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55**



ÉCOUTE TON CORPS

Être bien, ça s'apprend

Programme de formation

Notre programme de formation personnelle et professionnelle vous intéresse, mais vous ne savez pas par où commencer?

Nous répondons avec plaisir à vos questions ! Appelez-nous OU visionnez la vidéo de notre formateur Marc-André.



L'atelier ÊTRE BIEN est celui que nous vous conseillons en premier. À la base de notre enseignement, il transmet des outils qui changeront votre vie. À travers cet atelier (préalable à la formation), vous pourrez expérimenter si notre programme de formation vous convient.

D'autres détails vous attendent à la page suivante...



Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55

Programme de formation

DEVENEZ UN PROFESSIONNEL DE LA RELATION D'AIDE METC®

UNE FORMATION EN 3 PHASES CRÉÉE PAR LISE BOURBEAU ET SON ÉQUIPE

Nous vous proposons un cheminement personnel et professionnel complet qui a comme objectif d'améliorer votre qualité de vie en cheminant vers qui vous êtes véritablement et, si c'est votre but, devenir un professionnel en relation d'aide METC® pour enseigner la méthode Écoute Ton Corps et/ou pour accompagner grâce à cette méthode.

PHASE 1

ÊTRE EN RELATION
AVEC SOI

Formation personnelle

PHASE 2

ÊTRE EN RELATION
AVEC LES AUTRES

Formation personnelle

PHASE 3

ÊTRE EN RELATION
D'AIDE

Formation professionnelle

Cliquez sur les carrés pour en savoir plus sur chaque phase.

Téléchargez le dossier complet sur
www.ecoutetoncorps.com/formation

Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55

Programme de formation

Les dates

PHASE 1

ÊTRE EN RELATION AVEC SOI

Formation personnelle

EN LIGNE

Début de la phase 1:
23-24 octobre (1 weekend
par mois pendant 9 mois.

EN PRÉSENTIEL

(un weekend par mois)

- Archamps, FR: 18-19/09
- Laval, Qc: 2-3/10
- Québec, Qc: 16-17/10

et sous forme semi-
intensive dans les villes
européennes suivantes:
Avignon, Bordeaux,
Bruxelles, Lyon, Paris et
Toulouse.

--

Pour connaître les dates des
9 ateliers inclus dans cette
phase, consultez les pages
suivantes ou [cliquez ici](#).

PHASE 2

ÊTRE EN RELATION AVEC LES AUTRES

Formation personnelle

EN LIGNE

Début de la phase 2:
Deux jours par mois
pendant 9 mois

- 25-26 septembre 2021
(weekend)
- 17-18 janvier 2022
(lundi-mardi)

EN PRÉSENTIEL

(un weekend par mois)

- Laval, Qc: 18-19/09

et sous forme semi-
intensive dans les villes
européennes suivantes:
Colmar, Paris et Toulouse.

--

Pour connaître les dates des
9 ateliers inclus dans cette
phase, consultez les pages
suivantes ou [cliquez ici](#).

PHASE 3

ÊTRE EN RELATION D'AIDE

Formation professionnelle

EN LIGNE

**Techniques efficaces en
relation d aide**
29 janvier au 4 février 2022

EN PRÉSENTIEL

**Devenir
animateur/conférencier**
4 au 12/09 à St-Jérôme (Qc)
26/03 au 3/04/2022 à Annecy

**Techniques efficaces en
relation d aide**
4 au 10 décembre à Annecy

Relation d'aide spécialisée
27/11- 2/12 2021 à Annecy

ÉCOUTEZ QUELQUES
TÉMOIGNAGES VIDÉO



Horaires des ateliers

En présentiel

En France et en Belgique

Bordeaux et Toulouse

11-12 septembre: *Répondre à ses besoins* à Bordeaux •
24-25-26 septembre: *Écoute Ton Âme* à Bordeaux avec Lise Bourbeau
9-10 octobre: *Décodage des malaises et maladies* à Toulouse •
18-19 octobre: *Se libérer de l'emprise de l'ego* à Toulouse •
20-21 octobre: *Retrouver sa liberté* à Toulouse •
23-24 octobre: *Devenir observateur et non fusionnel* à Toulouse •
13-14 novembre: *Confiance en soi* à Bordeaux •
Info/inscription: Stéphane Pin et Marie-Christine Sirot 06 81 01 66 22;
toulouse@ecoutetoncorps.com

Archamps (près de Genève)

Début de la première phase de notre programme de formation professionnelle
Un weekend par mois pendant 9 mois.
18-19 septembre : *Les 5 blessures de l'âme* •
9-10 octobre: *Comment apprivoiser les peurs* •
6-7 novembre: *Comment développer le senti* •
11-12 décembre: *Comment gérer la colère* •
Info/inscription: Gabrielle Burgnard 04 50 31 32 61; 06 43 08 05 99 ;
annecy@ecoutetoncorps.com

Bruxelles

18-19 septembre: *ÊTRE BIEN*
20-21 septembre: *Les 5 blessures de l'âme* •
23-24 septembre: *Comment apprivoiser les peurs* •
25-26 septembre: *Comment développer le senti* •
Info/inscription: Édith Noël 04 95 27 94 18; bruxelles@ecoutetoncorps.com

Avignon

1-2-3 octobre: *Écoute Ton Âme avec Lise Bourbeau*
Info/inscription: Sophie Kassabian 07 83 28 11 75; avignon@ecoutetoncorps.com

Cliquez ici pour
connaître les
restrictions entourant
la COVID-19.

Tous les ateliers de deux jours peuvent être suivis individuellement ou dans le cadre d'une des phases de notre programme de formation professionnelle en relation d'aide.

Phase 1 • Phase 2 • Phase 3 •

Horaire des ateliers

En présentiel

Lyon

18-19 octobre: *Les 5 blessures de l'âme* •

20-21 octobre: *Comment apprivoiser les peurs* •

23-24 octobre: *Comment développer le senti* •

25-26 octobre : *Comment gérer la colère* •

30-31 octobre: *Se libérer de la culpabilité* •

1-2 novembre : *Répondre à ses besoins* •

4-5 novembre: *Décodages de vos rêves et de votre habitation*

6-7 novembre: *Prospérité et abondance*

9-10 novembre : *Écoute et mange sans culpabilité*

Info/inscription: Gabrielle Burgnard 04 50 31 32 61; 06 43 08 05 99 ; lyon@ecoutetoncorps.com

Paris

6-7 novembre: *ÊTRE BIEN*

8-9 novembre: *Comment gérer la colère* •

11-12 novembre: *Se libérer de la culpabilité* •

13-14 novembre: *Comment se libérer d'un stress* •

18-19 novembre: *L'écoute et la communication* •

20-21 novembre: *Communiquer avec les masques 1* •

23-24 novembre: *Communiquer avec les masques 2* •

27-28 novembre : *Comment être une personne centrée*

Info/inscription: Jean-Marie Gerbenne 06 30 07 47 24; paris@ecoutetoncorps.com

Annecy

27 nov. au 2 décembre 2021: *Relation d'aide spécialisée* •

4 au 10 décembre 2021: *Techniques efficaces en relation d'aide* •

Info/inscription: Gabrielle Burgnard: 06 43 08 05 99; annecy@ecoutetoncorps.com

Tous les ateliers de deux jours peuvent être suivis individuellement ou dans le cadre d'une des phases de notre programme de formation professionnelle en relation d'aide.

**Découvrez
notre offre spéciale à
la page 15**

L'horaire 2022 sera publié bientôt, surveillez la page www.ecoutetoncorps.com/calendrier

Horaire des ateliers

En présentiel

Au Québec

St-Jérôme

4 au 12 septembre : *Devenir animateur/conférencier* •

Laval

18-19 septembre : *L'écoute et la communication* (début de la phase 2) •

25-26 septembre : *Être Bien*

2-3 octobre : *Les 5 blessures de l'âme* (début de la phase 1) •

16-17 octobre : *Communiquer avec les diff. masques 1* •

30-31 octobre : *Comment apprivoiser les peurs* •

6-7 novembre : *Communiquer avec les diff. masques 2* •

27-28 novembre : *Comment développer le senti* •

4-5 décembre : *Se libérer de l'emprise de l'ego* •

Québec

16-17 octobre : *Les 5 blessures de l'âme* (début de la phase 1) •

13-14 novembre : *Comment apprivoiser les peurs* •

11-12 décembre : *Comment développer le senti* •

En ordre de date

4 au 12 septembre : *Devenir animateur/conférencier* à St-Jérôme •

18-19 septembre : *L'écoute et la communication* (début de la phase 2) à Laval •

25-26 septembre : *Être Bien* à Laval

2-3 octobre : *Les 5 blessures de l'âme* (début de la phase 1) à Laval •

16-17 octobre : *Les 5 blessures de l'âme* (début de la phase 1) à Québec •

16-17 octobre : *Communiquer avec les diff. masques 1* à Laval •

30-31 octobre : *Comment apprivoiser les peurs* à Laval •

6-7 novembre : *Communiquer avec les diff. masques 2* à Laval •

13-14 novembre : *Comment apprivoiser les peurs* à Québec •

27-28 novembre : *Comment développer le senti* à Laval •

4-5 décembre : *Se libérer de l'emprise de l'ego* à Laval •

11-12 décembre : *Comment développer le senti* à Québec •

Tous les ateliers de deux jours peuvent être suivis individuellement ou dans le cadre d'une des phases de notre programme de formation professionnelle en relation d'aide.

Phase 1 • Phase 2 • Phase 3 •

Découvrez
notre offre
spéciale à
la page 15

Horaire des ateliers

En ligne (sur Zoom)

Septembre

4-5 septembre	<i>Comment se libérer d'un stress</i> •	Paris: 13h à 21h. Montréal: 7h à 15h
11 septembre	<i>Être Bien avec soi</i>	Paris: 9h à 17h
11-12 septembre	<i>Décodage des malaises et maladies</i> •	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
12 septembre	<i>Être Bien avec les autres</i>	Paris: 9h à 17h
13-14 sept. (lundi-mardi)	<i>Confiance en soi</i> •	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
18 septembre	<i>Être Bien avec soi</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
19 septembre	<i>Être Bien avec les autres</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
25 septembre	<i>Être Bien avec soi</i>	Paris: 9h à 17h
25-26 septembre	<i>L'écoute et la communication</i> • (Début de la phase 2)	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
26 septembre	<i>Être Bien avec les autres</i>	Paris: 9h à 17h
27-28 septembre	<i>Les pièges relationnels</i> •	Paris: 13h à 21h. Montréal: 7h à 15h
30/09-1/10	<i>Vivre harmonieusement l'intimité et la sexualité</i> •	Paris: 13h à 21h. Montréal: 7h à 15h

Octobre

2-3 octobre	<i>Autonomie affective</i> •	Paris: 13h à 21h. Montréal: 7h à 15h
2-3 octobre	<i>Confiance en soi</i> •	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
2-3 octobre	<i>Répondre à ses besoins</i> •	Paris: 13h à 21h. Montréal: 7h à 15h
4 octobre (lundi)	<i>Être Bien avec soi</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
4 au 8 octobre	<i>Comment vous accomplir atteignant votre plus grand but</i> (pour hommes seulement)	Montréal: 13h à 16h. Paris: 19h à 23h
5 octobre (mardi)	<i>Être Bien avec les autres</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
23-24 octobre	<i>Les 5 blessures de l'âme</i> • (Début de la phase 1 de notre programme de formation)	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
23-24 octobre	<i>Communiquer avec les masques 1</i> •	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
30 octobre	<i>Être Bien avec soi</i>	Paris: 9h à 17h
30-31 octobre	<i>Décodage des malaises et mal.</i> •	Paris: 13h à 21h
31 octobre	<i>Être Bien avec les autres</i>	Paris: 9h à 17h

Phase 1 •

Phase 2 •

Phase 3 •



Horaire des ateliers

En ligne (sur Zoom)

Novembre

13-14 novembre	<i>Comment apprivoiser les peurs •</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
20 novembre	<i>Être Bien avec soi</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
20 novembre	<i>Être Bien avec soi</i>	Paris: 9h à 17h
20-21 novembre	<i>Communiquer avec les masques 2 •</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
21 novembre	<i>Être Bien avec les autres</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
21 novembre	<i>Être Bien avec les autres</i>	Paris: 9h à 17h
27-28 novembre	<i>Confiance en soi •</i>	Paris: 13h à 21h. Montréal: 7h à 15h
29 novembre lundi	<i>Être Bien avec soi</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
30 novembre mardi	<i>Être Bien avec les autres</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h

Décembre

4 décembre	<i>Être Bien avec soi</i>	Paris: 9h à 17h
4-5 décembre	<i>Comment être une personne centrée</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h
5 décembre	<i>Être Bien avec les autres</i>	Paris: 9h à 17h
11-12 décembre	<i>Comment développer le senti •</i>	Montréal: 9h à 17h. Paris: 15h à 23h

Tous les ateliers de deux jours peuvent être suivis individuellement ou dans le cadre d'une des phases de notre programme de formation professionnelle en relation d'aide.

Phase 1 • Phase 2 • Phase 3 •

Réservez votre place dès maintenant
en visitant le portail Écoute Ton Corps.



**Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55**



*Inscrivez-vous avant le
30 septembre*

à un atelier ou une phase et
recevez l'accès à une **trousse
téléchargeable sur l'abondance**
créée par Lise Bourbeau qui
inclut :

- *Conférence La peur, l'ennemie de l'abondance*
- *Conférence Prospérité et abondance*
- *Conférence Argent et sexualité : Découvrez le lien!*
- *Détente S'ouvrir à l'état d'abondance*
- *La moitié du livret sur L'argent et l'abondance*



C'est facile

Appelez-nous ou rendez-vous dans votre dossier sur notre portail et inscrivez-vous à l'atelier ou la phase qui vous intéresse. Vous recevrez une confirmation de votre inscription par courriel qui inclut votre cadeau*.

Vous n'avez pas de dossier? Enregistrez-vous directement sur le portail et procédez ensuite à votre inscription.

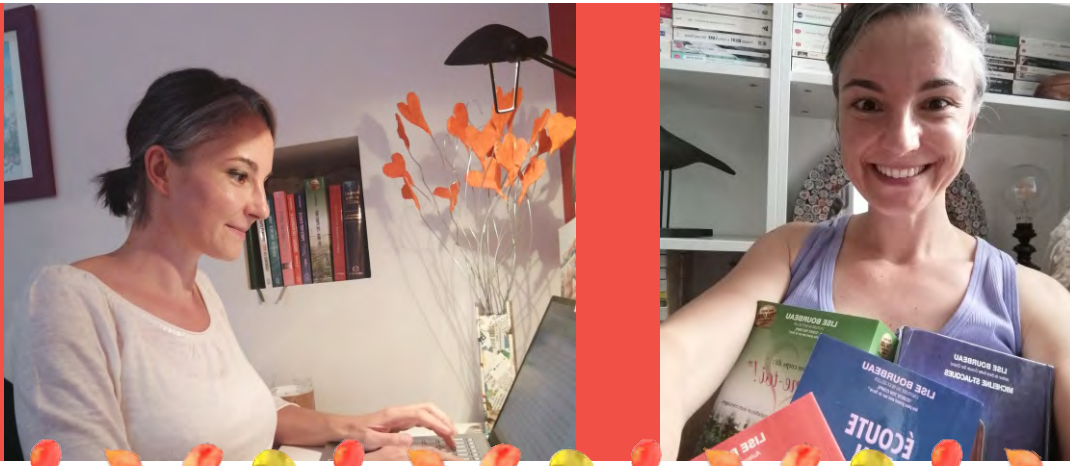
Cliquez sur l'image ou visitez portail.ecoutetoncorps.com

*Le cadeau n'est pas applicable sur les inscriptions aux activités gratuites ou de 3 heures.

**Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55**

Le blogue de Marie Julie

Marie-Julie, étudiante française dans notre programme de formation en relation d'aide, nous offre ici son histoire, sa perception de ce qu'elle apprend, mais surtout des fous rires avec des textes remplis de vérités et de transparence.



Voici un avant-goût...

Par curiosité, je vais sur internet regarder qui est cette Lise Bourbeau. Le choc! Je m'imaginais une grande dame brune à lunettes l'air sérieux, un peu austère, et, j'ai devant moi la photo d'une petite dame blondinette qui ressemble à une Barbie. C'est elle qui a écrit un truc pareil ? Le cliché tombe : on peut vraiment être blonde, élégante, belle et en même temps une vraie tronche.

J'écoute ses interviews, lis tout ce que je trouve sur elle. Je suis fascinée, admirative de cette dame qui réussit à synthétiser ce qui au départ devait être un sacré sac de nœuds! Et plus le temps passe, plus je me dis que ce livre a été écrit pour moi et que la Vie me l'a mis dans les mains pile au bon moment. Comme je l'apprendrai plus tard, Lise Bourbeau aurait sûrement dit « WOW! »...

Lisez toute son expérience suite au début de sa formation avec nous sur...

www.ecoutetoncorps.com/blogue



Avez-vous déjà participé à une rencontre de pratiques?

Des rencontres de pratiques d'intégration des décodages de deux ateliers populaires :

- **Décodage d'un problème (enseigné lors du jour 1 de l'atelier Être Bien)**
 - 16/09 à 13h (Fuseau horaire Montréal, 19h en France)
 - 11/11 à 19h (Fuseau horaire Montréal)
- **Décodage d'un malaise ou maladie (enseigné dans l'atelier Décodage des malaises et maladies)**
 - 25/11 à 13h (Fuseau horaire Montréal, 19h en France)
 - 9/12 à 19h (Fuseau horaire Montréal)

Ces rencontres répondent aux besoins des participants voulant pratiquer ces décodages pour mieux les intégrer et ainsi en favoriser l'application au quotidien.

Ces activités
se donnent
en ligne



Comme nous le répétons régulièrement :
« Toute technique a besoin de pratique ! ».

Chaque participant pratiquera 2 à 3 fois la même technique et pourra demander de l'aide durant une période de questions / partages.

Inscrivez-vous sur le portail à la rencontre de pratiques de votre choix.

Ces rencontres sont accessibles **exclusivement** aux participants des ateliers dans lesquels sont enseignés ces décodages.

Durée : 2h30
Coût : 20 € ou 25 \$

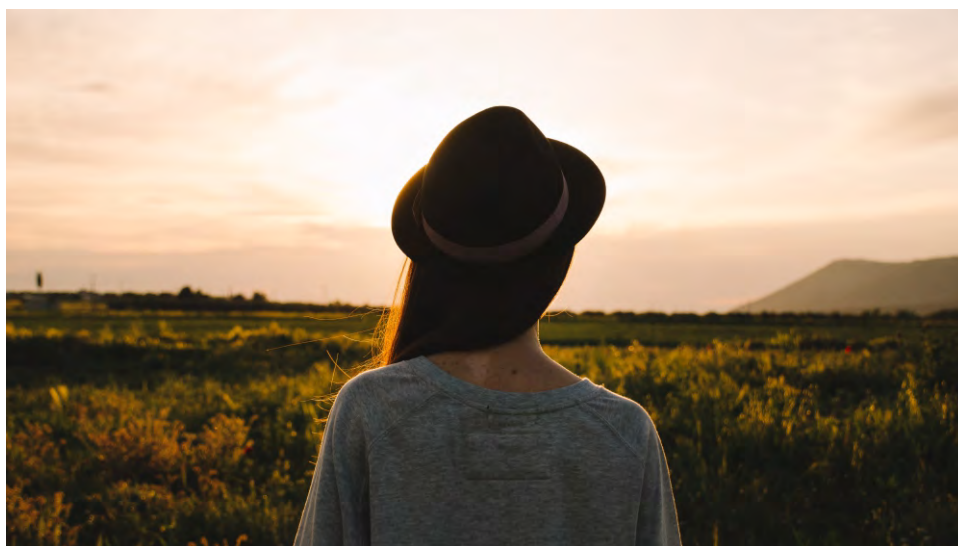
Découvrez-les dates et réservez votre place
en visitant le portail Écoute Ton Corps !



L'atelier de l'année

L'exclusivité de 2021 s'intitule **Comment être une personne centrée** et sera présenté deux fois cet automne. Ne manquez pas l'occasion de suivre cet atelier exceptionnel qui ne sera pas au programme l'an prochain!

27-28 novembre **à Paris** animé par Michelle Tanguay
4-5 décembre **en ligne** animé par Nathalie Bégin



À quel degré êtes-vous décentré·e au quotidien? Quelles en sont les causes? Quelles sont les sept attitudes essentielles pour faciliter le centrage? Grâce à cet atelier, vous prendrez conscience de la vie que vous pourriez mener si vous étiez centré·e et vous aurez les outils pour le devenir.



Découvrez notre offre spéciale à la page 15.

Appelez-nous du lundi au vendredi (fermé les mercredis)
Au Canada: 1-800-361-3834 En Europe: +33 1 76 66 07 55

Comment vous accomplir en atteignant votre plus grand but

(atelier animé par un homme pour les hommes)

Du 4 au 8 octobre

Vous aimeriez vous lancer en affaires ou simplement faire plus d'argent, travailler aux heures que vous voulez, faire plus de voyages, retrouver la forme (et la maintenir!), rencontrer l'âme sœur même, ou vaincre la timidité? Votre but le plus important est peut-être tout autre, mais une question demeure : comment se fait-il que, ce que vous souhaitez le plus voir s'accomplir, vous échappe?

Profitez d'un atelier uniquement conçu pour vous, messieurs, afin d'apprendre ce qui bloque votre plus grand objectif de se manifester dans votre vie, et surtout, quoi faire, étape par étape, pour le réaliser.

Tout est possible lors de cet atelier puisque l'objectif de ce voyage intérieur est de vous aider à concrétiser un grand but que vous n'arrivez pas à réaliser.

**Ecoutez des
témoignages vidéos**

**Découvrez
notre offre
spéciale à
la page 15**



Portail Écoute Ton Corps



Connaissez-vous notre portail? Grâce à lui, vous pourrez :

- choisir vos préférences de communication (par téléphone, poste et/ou courriel) ;
- vous inscrire en ligne à nos activités, ateliers et formations ;
- voir les activités que vous avez déjà suivies et celles auxquelles vous êtes inscrites ;
- nous signaler votre intérêt pour un atelier (en cliquant sur le petit coeur) ;
- consulter et payer vos factures ou générer des attestations de présence ;
- demander à être retiré de notre système et plusieurs autres options.

Nous avons créé plusieurs courtes vidéos pour vous aider à naviguer ce portail. [Cliquez ici](#) pour les visionner.

MON DOSSIER - ECOUTE TON CORPS

Bienvenue Monica, que désires-tu faire aujourd'hui ?

INSCRIPTION INTÉRÊT AUX ATELIERS C'est ici que tu pourras consulter tous les ateliers disponibles. Tu pourras indiquer lesquels t'intéressent en apposant un petit cœur ou bien sûr t'inscrire en ligne.	FACTURATION & MES ATELIERS Consulte tes factures et les ateliers auxquels tu es inscrit. Choisis les dates pour les ateliers à planifier. Tu pourras aussi payer les soldes dus, annuler ou modifier tes inscriptions.
COMMUNICATIONS & ABONNEMENTS Sélectionne les communications que tu aimerais recevoir de notre part ou te désinscrire des communications.	DOCUMENTS & TÉLÉCHARGEMENTS Demande une attestation ou télécharge tes documents ou fichiers.
DEMANDER À ÊTRE RETIRÉ Si tu ne souhaites plus être dans nos systèmes en tant que client, usager ou abonné, tu peux entamer la démarche pour être retiré de nos systèmes ici.	



Conseil: lorsque vous voulez vous inscrire, il est important de cliquer sur le pays de l'activité. Et si par exemple cette activité se donne en ligne vous devez sélectionner EN LIGNE. Appelez-nous si vous avez des difficultés.

Enregistrez-vous dès maintenant.



Le voyage atelier au Perou

11 au 21 avril 2022

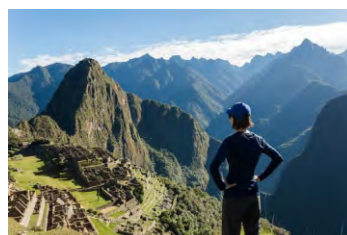
Thème: Un voyage vers sa raison d'être

Un voyage-atelier vous permet de ...

- ☑ faire un travail intérieur à travers un thème précis ;
- ☑ visiter des lieux appréciés pour leur beauté, leur histoire et leurs attraits ;
- ☑ rencontrer des gens avec qui vous avez des intérêts communs ;
- ☑ vous gâter, grâce à l'hébergement de grande qualité en formule tout compris ;
- ☑ rencontrer Lise Bourbeau et plusieurs membres de son équipe!

Un voyage-atelier est un excellent moyen de combiner le développement personnel (et spirituel) et les bienfaits que proposent des vacances. Quelques heures par jour sont consacrées à l'enseignement. Le reste de la journée est libre pour les visites et les activités que vous désirez.

***Il s'agit du dernier voyage-atelier animé par Lise Bourbeau.
Ne manquez pas la chance de participer à ce voyage !***



Découvrez le programme
en téléchargeant le
dossier complet



Nos professionnels METC®

**Les diplômés de notre école
utilisent la méthode METC® pour vous aider à:**

- ⊙ Comprendre vos difficultés et développer vos habiletés afin d'y faire face.
- ⊙ Acquérir des connaissances et des moyens concrets pour transformer une situation problématique et atteindre un objectif défini ensemble.
- ⊙ Identifier les difficultés qui font obstacle à votre épanouissement.
- ⊙ Utiliser des stratégies efficaces pour développer votre autonomie.

**Faites appel à un professionnel METC®
pour un atelier de 3 heures ou
pour une consultation en relation d'aide***

Consultation privée*

Ateliers de 3 heures



*consultations en personne, par
téléphone ou en visioconférence

Notre enseignement en anglais

BE IN HARMONY, notre atelier le plus populaire « ÊTRE BIEN » se donnera en anglais en deux formats : 4 mercredis ou un week-end.

8 au 29 septembre (4 mercredis)
9-10 octobre (weekend)

Ces activités
se donnent
en ligne



Pour plus d'information ou si vous désirez vous inscrire à cet atelier, visitez www.beinharmonyworkshop.com

**Vous connaissez des anglophones pouvant être
intéressés par cet atelier?
Merci de leur faire suivre l'information.**

Également disponibles en anglais



[6 livres](#) (dont ebooks, audiobooks)



Page [Facebook](#)



[Newsletter mensuelle](#)



[1 atelier de 3 heures](#) en ligne



Des [consultants](#)



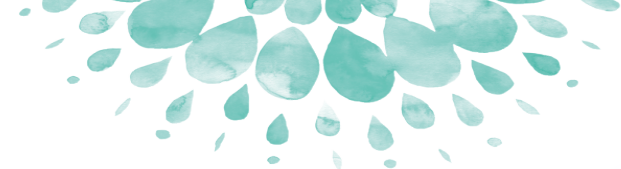
[Des articles](#) de Lise Bourbeau



LISTEN TO YOUR BODY

Learn to be happy





Boostez votre qualité de vie au travail et soyez plus enthousiaste!



Dirigeants, manager, cadres, salariés : être enthousiaste et épanoui.e en milieu professionnel, c'est possible ! Être enthousiaste, c'est à dire vivre au quotidien un métier dans une entreprise ou collectivité, qui nous permet de ressentir de la joie, qui est totalement aligné avec nos valeurs.

De nombreuses études montrent que l'intelligence émotionnelle contribue à la réussite professionnelle et personnelle. Un quotient émotionnel élevé est synonyme d'un leadership efficace, d'un esprit d'entreprise affirmé.

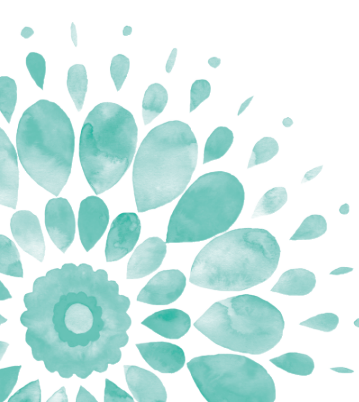
Nous avons créé une méthode de formation exclusive, la méthode ESSAË-METC®, qui développe l'intelligence émotionnelle individuelle et la responsabilité qui replace ainsi

l'humain, avant la fonction, au coeur de l'entreprise.

Se connaître, se comprendre, se révéler, prendre confiance en soi, simplifier sa vie pour vivre le bien-être dans le quotidien professionnel, ça s'apprend!

Nos 7 formations exclusives vous donnent des clefs efficaces pour améliorer votre qualité de vie au travail, pour vous permettre de retrouver votre enthousiasme naturel et ainsi interagir avec les autres plus simplement au sein d'un environnement professionnel existant ou nouveau.

Lise Bourbeau
Jean Louis Raphaël Mersch
Co-fondateurs de l'Institut ESSAË



**Découvrez les prochaines formations interentreprises et
écoutez une vidéo du fondateur Jean-Louis Mersch.**



Oui ça m'intéresse!

www.essae.fr
(seulement disponible en France)

Boutique en ligne

Découvrez une grande variété de nos produits en format téléchargeable ou format original.

	Format original	Téléchargeable
Conférence de Lise	36 sur CD	83
Détentes et méditations	9 sur CD	12
Ateliers	1 sur CD	2
Jeu de cartes	1 jeu	0
Livre-jeu	1	0
Livres	21	25
Livres audio	2 sur CD	4



Visitez notre boutique en ligne



Nouveau livre

Les secrets de Lise Bourbeau dévoilés!



Comment prendre de l'âge tout en ayant beaucoup d'énergie

Lise Bourbeau est souvent décrite comme une femme intemporelle ce qui l'a amenée à écrire ce livre dans lequel elle nous révèle comment elle parvient à conserver la vitalité d'une femme de 50 ans, même à 79 ans!

Ce livre s'adresse à tous, peu importe votre âge ou votre sexe. Il vous suggère des méthodes claires et simples pour :

- retarder le vieillissement de vos corps physique, émotionnel et mental;
- récupérer l'énergie perdue;
- conserver et augmenter votre énergie naturelle;
- écouter vos besoins;
- vivre moins de stress et d'émotions, grandes causes de perte d'énergie et de vieillissement prématuré.

Mettre en pratique ces moyens concrets au quotidien vous permettra de rester en forme physiquement et de demeurer un être spirituel en harmonie avec ce qui vous entoure.



Nos réseaux sociaux



Cliquez sur les logos et suivez-nous

Du contenu chaque jour!

Abonnez-vous aux infolettres
mensuelles gratuites.

Cliquez ci-dessous pour vérifier si vous
êtes abonné·e à toutes les infolettres qui
pourraient vous intéresser.

Abonnez-vous



ÉCOUTE TON CORPS

Être bien, ça s'apprend

Appelez-nous du lundi au vendredi
(fermé les mercredis)

Au Canada: 1-800-361-3834

En Europe: +33 1 76 66 07 55

NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS AIDER À ACCÉDER À LA PAIX INTÉRIEURE



Équipe québécoise, formateurs et employés



**Animateurs et
organisateurs
européens**



ÉCOUTE TON CORPS

Être bien, ça s'apprend



1102 boul. de la Salette, St-Jérôme (Québec) J5L 2J7 CANADA

Tél en France: 01 76 66 07 55 Tél au Canada: 1 800-361-3834

info@ecoutetoncorps.com www.ecoutetoncorps.com