



*Prendi un appuntamento
con l'essere più importante
della tua vita!*



DATE E ORARI

Venerdì 29 gennaio
dalle 17,00 alle 22,00
Sabato 30 gennaio
dalle 10,00 alle 18,30
Domenica 31 gennaio
dalle 10,00 alle 18,30

LUOGO

Centro Elisium
Via Dei Santissimi Quattro, 26

CONTRIBUTO

Euro 250,00
Iscrizione tramite acconto di Euro 100,00
da inviare tramite vaglia postale a
Piergiorgio Roffino
Via S.Ulderico, 66
10015 Ivrea - TO -
o da far pervenire direttamente a
Yuliana Arbelaez

Per informazioni e iscrizioni:

Piergiorgio Roffino 335 6119708
email piergiorgio.roffino@fastwebnet.it
Yuliana Arbelaez 347 8759979
Sito web www.rebirthingsfere.it

SFERE(Seminari e Formazione per l'Espansione del Rebirthing in Europa) è una scuola internazionale di rebirthing introdotta da Piergiorgio Roffino nel 1994. Pur evolvendo, si ispira ai principi tradizionali del rebirthing: il respiro e il concetto del pensiero creatore. Il senso di responsabilità che deriva da questo modo di vedere è il filo conduttore che anima i suoi insegnamenti.

INNAMORATI DI TE!

Seminario animato da

Patrice Ellequain



Emozione e Comunicazione

ROMA 29, 30, 31 gennaio 2010

SFERE SCUOLA DI
EVOLUZIONE
PERSONALE

INNAMORATI DI TE

Amarsi non vuol dire pensare unicamente a se stessi, nè essere egoisti, egotici, pretenziosi o condannati a rimanere soli. Amarsi veramente, è impegnarsi ad essere felici e non tenere in conto nulla che possa turbare questa decisione.

Ci innamoriamo di qualcuno perchè è la persona migliore, più avvenente o la più ricca, ci sentiamo felici con lei e questo sentimento ci riempie di energia e ci rende capaci di tutto...sentiamo che la felicità è possibile e che ogni istante è prezioso. Quando siamo innamorati, tutto cambia! Innamorarsi di se stessi, è amarsi senza scuse e senza ragioni. Il seminario **Innamorati di Te!** ci offre i mezzi per accedere a questo spirito.

Questo seminario offre lo spazio e gli strumenti per sviluppare la capacità che permette di migliorare l'atteggiamento, lo sguardo e la considerazione che abbiamo di noi stessi: l'autostima.

L'autostima è l'abito migliore, la migliore pettinatura, la migliore chirurgia estetica...è la vibrazione che emettiamo, il messaggio che trasmettiamo di noi stessi.

Il seminario **Innamorati di Te!** è concepito come un doppio appuntamento con la nostra gioia di vivere e con la certezza che l'amore e la felicità che proviamo dipende dall'amore più o meno grande che abbiamo di noi.

IL SEMINARIO

Innamorati di Te! ci insegna ad apprezzarci meglio attraverso giochi, scambi, analisi, esercizi, respirazione consapevole, rispetto e umorismo, avremo l'occasione di:

- eliminare la confusione tra umiltà e piccolezza e tra eccellenza e superbia;
- valutare quali gli aspetti della nostra vita riflettono più o meno la nostra autostima;
- considerare ciò che pensiamo di essere ed esplorare ciò che gli altri vedono di noi;
- riconoscere le nostre specificità e metterle in valore;
- parlare positivamente di noi con semplicità;
- divenire più consapevoli delle nostre aspettative, delle nostre aspirazioni e di ciò che ci rende felici;
- determinare i nostri valori e i nostri talenti come anche i mezzi per esprimerli;
- identificare ciò che vogliamo veramente e renderlo concreto;

L'ANIMATORE

Patrice Ellequain, laureato in psicosociologia (Università Paris IX - Dauphine), è psicoterapeuta e formatore di rebirthing. Dopo aver studiato svariate discipline (psicanalisi, sofrologia, PNL, terapie di gruppo), nel 1982, fonda "Victoire sur le tabac", organismo che propone dei corsi che permettono di smettere di fumare, e metodo di trattamento globale della dipendenza dal tabacco che tiene conto dell'attaccamento psicologico del fumatore alla sigaretta e favorisce una dissuefazione cosciente e progressiva.

Nel 1990, **Patrice Ellequain** fonda, con Beatriz Santos, **OSE** (Organismi e Servizi Europei di Rebirthing), associazione professionale di rebirther di cui **Patrice Ellequain** è presidente.

Egli è anche membro effettivo dell'**A.P.P.P.A.H.** (Association for Pre and Perinatal Psychology and Health), associazione che studia l'impatto delle esperienze pre e perinatali sull'equilibrio dell'essere umano.