

Stage « Be You »
Animé par Christine Alexandre
Chimay
Du 11 au 13 mars 2022



Vous êtes jeune ou moins jeune, vous vous cherchez et vous avez le désir de vous découvrir, et d'explorer votre motivation profonde. Vous avez l'envie de pouvoir répondre d'une manière affirmée à la question : « Qui suis-je ? ». Nous vous proposons une escapade d'un long week-end dans la région de Chimay, ... dont vous ne serez pas le spectateur ! Place à l'action dans le développement personnel !

Différents défis, de nombreuses découvertes et des temps partagés vous permettront lors de ces trois jours de découvrir votre « moi intérieur » : celui auquel vous aspirez, celui que vous souhaitez déployer dans votre quotidien, celui qui vous permettra de mieux exploiter les ressources de votre personnalité, de mieux comprendre les autres et d'améliorer vos capacités relationnelles. Avant de le révéler, il vous faudra laisser derrière vous ce qui n'en fait pas partie. Une expérience innovante qui vous place au cœur du changement que vous souhaitez pour vous !

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

Waouw Travel SRL – Rue Culée 12 1380 Lasne
0475/75.70.77 – info@waouwtravel.be – Lic. A5936

Christine Alexandre, coach certifiée par l'Institut International de Genève, formatrice, conférencière, vous accompagne dans ce processus, notamment à l'aide du puissant outil de l'ennéagramme. Après avoir pris connaissance de votre base, vous allez pouvoir révéler vos forces et freins cachés pour vivre consciemment en équilibre avec vous-même et les autres.

Ainsi, par le biais d'expériences concrètes, de processus « vivants », et de découvertes personnelles, avec « Be You » vous allez vous donner la possibilité de devenir réellement acteur de votre propre développement personnel !



ITINÉRAIRE

Jour 1 (Vendredi 11 mars 2022) : Découverte de ma base de l'ennéagramme (L, D)

C'est dans le magnifique cadre naturel du lac de Virelles, non loin de Chimay, que nous vous donnons rendez-vous à 10 heures pour débiter notre Stage « Be You » et faire la connaissance de Christine Alexandre et de vos 9 compagnons d'aventure pour ces trois jours. Là, vous vivez une première épreuve en partant par petits groupes à la recherche du lieu où va se dérouler « Be You » ! Si ce début de stage peut vous paraître déroutant, il aura pour but de vous plonger de manière immersive dans l'expérience que vous vous offrez. Laissez-vous surprendre par votre force décisionnelle et rendez-vous à la destination qui vous sera indiquée.

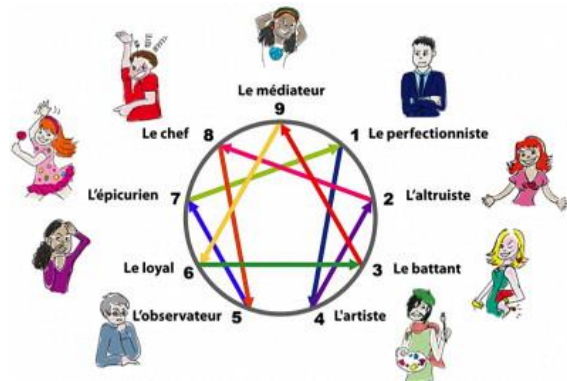
Un temps de débriefing y est prévu avant le lunch que nous prenons ensemble en toute convivialité afin de nous découvrir et d'échanger sur nos ressentis. Tous ensemble, nous allons déjà prendre connaissance de notre centre décisionnel : instinctif, émotionnel, et mental, et prendre conscience des habitudes et schémas répétitifs que nous avons mis en place depuis notre enfance.

L'après-midi, c'est dans la ville de Chimay que deux nouveaux « défis » vous attendent afin de vous amener à dépasser vos comportements automatiques et à prendre conscience de ce dont vous êtes fier(fière), et ce que vous détestez de votre personnalité. Ces défis vous permettront aussi d'exprimer vos talents en matière d'échanges, de communication et d'empathie envers le groupe et les habitants de Chimay.



B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

En soirée, place à une activité surprise tous ensemble. Une douce manière de se révéler aux autres avant de partager un chaleureux moment, et de découvrir avec Christine, l'ennéagramme, ce magnifique outil de découverte de soi, de prévision, de communication et d'évolution. Cet échange, sous forme de questions/réponses, sur les neuf bases de l'ennéagramme vous conduira tout doucement à individuellement repérer votre base de l'ennéagramme !



Jour 2 (Samedi 12 mars 2022) : Evolution ! (B, L, D)

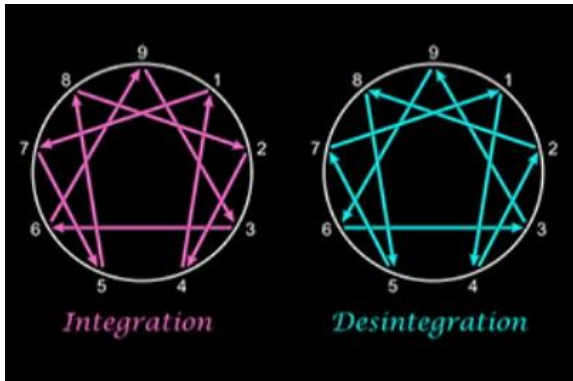
Après le petit-déjeuner, bref moment de théorie sur ce qu'en fonction de votre base de l'ennéagramme vous évitez même inconsciemment sous l'effet d'un stress négatif. Ceci vous aidera à affirmer votre base et à prendre conscience des aspects les plus négatifs de celle-ci. Puis, vous partez en reportage, pour créer une véritable œuvre, témoignage de votre profil, que nous visionnons ensuite tous ensemble !



Quant à l'après-midi, elle est consacrée à l'intégration, soit ce qui se produit quand une base se sent en sécurité et se libère de ses schémas négatifs. Par une autre activité vous êtes invités à en prendre conscience, puis à sortir de votre mode automatique pour aller vers votre base d'intégration.

Vous préparez ensuite un moment créatif, une belle manière de rendre concret tout ce que vous avez découvert sur vous au cours de la. Un magnifique et intense moment de partage !

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.



Jour 3 (Dimanche 13 mars 2022) : Ressources et plan d'actions (B, L)

Un périple vous attend, celui d'un passage initiatique d'un bord à l'autre. D'une version de vous... à une autre, découverte et dévoilée lors de ce stage. Le défi qui vous attend ce matin est le reflet de celui que vous relevez depuis le début de ce stage : avancer, en groupe, en activant vos ressources et en travaillant sur la résistance au changement.

Vous allez durant ce trajet observer, comprendre, accepter, changer. Par petits groupes, vous allez faire ces constatations, confirmer votre base en intégration, et découvrir vos conseillers (les ailes de votre base de l'ennéagramme). Vous allez ensemble développer la capacité de tolérance par rapport aux autres et confirmer votre motivation.



Ce que vous formalisez ensuite en faisant un plan d'actions, en définissant vos objectifs pour le futur en intégration avec les ressources de vos ailes de l'ennéagramme... Avant de clôturer le stage par un moment de célébration !



B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

» VOTRE FORMATRICE



Christine Alexandre

Coach certifiée par l'Institut International de Genève, formatrice, conférencière, Christine Alexandre est enseignante de formation.

Sa passion de l'humain et son fonctionnement l'ont poussée à développer ses connaissances grâce à l'approche du coaching, des neurosciences, de la programmation neuro linguistique, de l'analyse transactionnelle, et d'autres techniques de développement personnel.

Elle travaille en entreprise, donne des formations, des conférences, et accompagne en individuel avec la volonté « d'élever » l'humain dans sa vie professionnelle et personnelle.

Quinze années d'expérience dans l'accompagnement et son insatiable curiosité du monde la poussent vers de nouveaux projets et elle fonde avec son mari, Dominique, Waouw Travel, un concept de voyages et d'escapades qui permet à chacun de se retrouver avec soi dans l'instant présent. Ensemble, ils créent des voyages d'épanouissement qu'ils accompagnent et elle en anime elle-même certains, tout cela dans la même vision : apporter un petit ou grand plus dans la vie de ceux qu'ils rencontrent.

Elle donne des stages dynamiques et vivants pour inviter adultes et jeunes à vivre en exprimant pleinement leur potentiel. Son approche est d'amener à découvrir, rencontrer, évoluer en dehors du contexte quotidien pour apporter une ouverture à soi, aux autres, au monde !

En savoir davantage sur Christine : <https://www.christinealexandre.com/>

i EN PRATIQUE

Prix du stage de 3 jours en chambre double et pension complète : 580 € par pers.
Ce prix ne doit pas être un obstacle à la participation. Si besoin, contactez-nous !
Paiement à la réservation
Stage garanti à partir de 10 participants (maximum 12)

Inclus :

- les deux nuitées en gîte de charme,
- la pension complète du lunch du vendredi au lunch du dimanche,
- les boissons lors des repas (eaux et café lors des lunchs + eaux lors des dîners),
- les conférences et ateliers donnés par Christine Alexandre,
- l'accompagnement de Waouw Travel.

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

Waouw Travel SRL – Rue Culée 12 1380 Lasne
0475/75.70.77 – info@waouwtravel.be – Lic. A5936

Non inclus :

- les autres boissons,
- les dépenses personnelles,
- les assurances.

Bien évidemment, si les mesures sanitaires en vigueur au moment de ce stage ne devaient pas en permettre la tenue, nous le reporterons et donnerons aux personnes inscrites le choix entre un report de leur participation ou le remboursement intégral immédiat du montant payé.

Informations et inscriptions :

Dominique Demey - Waouw Travel

0475/75.70.77 ou info@waouwtravel.be

