



donde estás hoy.

Libérate también de todas las toxinas que puedas estar acumulando en tu cuerpo. Sigue durante este periodo, una dieta depurativa e hipo tóxica, para sentirte más ligero y aclarar tus ideas.

Suelta también el peso del rencor y trabaja el perdón, hacia aquellos que te hirieron o lastimaron, y hacia ti mismo, que permitiste que te hirieran.

En este proceso, tu coach, te ayudará a avanzar hacia tu nueva vida, más ligero de equipaje, sólo con lo necesario para poder vivir.

2- RESCATAR LA ILUSIÓN

Busca una foto de tu infancia. Mira a ese ser pequeñito a los ojos y pregúntale cómo se encuentra. Averigua si confía en ti y qué necesita para ser feliz.

No importa lo que ocurriera en

el pasado, ahora tú eres el adulto que está a su cargo. Escúchale, provee de todo lo que necesite.

Ese pequeño, esa pequeña, sigues siendo tú!.

Piensa en aquellas ocasiones a lo largo de tu vida en las que te sentías feliz, en esos momentos en los que vibrabas de energía, esas oportunidades en las que te sentías pleno y lleno de vida: piensa en tus fiestas de cumpleaños, en los juegos en el recreo o en el parque, en las primeras salidas con la pandilla, la primera vez que te enamoraste, cuando lograste tu primer trabajo, cuando te uniste a una pareja, cuando nacieron tus hijos, cuando compraste tu coche o tu casa, las excursiones a la Naturaleza, cuando pintaste aquél cuadro o cocinaste aquél bizcocho, ...

Refresca en tu memoria todos esos momentos de ilusión, para

INSTITUTO DE CONSTELACIONES FAMILIARES
Brigitte Champetier de Ribes

NOVIEMBRE

20,21 y 22 Noviembre **Las Relaciones Padres-Hijos. Hijos con dificultades**

- Los órdenes del amor entre padres e hijos. El orden en la familia reconstituida.
- Hijos con dificultades. Agresividad y movimiento interrumpido.
- Los traumas del nacimiento.
- Familiares de un discapacitado. Los hermanos y sus destinos.
- Madres embarazadas, constelar al feto. Concepción asistida. Los abortos.
- La esterilidad como destino. La adopción.

Dirige
Brigitte Champetier de Ribes



TAMBIÉN FORMACIÓN ON LINE

NUEVO: foro.insconsfa.com

Para más información consulte página web: www.insconsfa.com
914 25 23 29 / 615 322 920 info@insconsfa.com

www.espaciohumano.com



DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL

"El faro que alumbra tus sueños"

Cursos Octubre

- POTENCIA TU LIDERAZGO

Jueves 8, 15 y 22/10, 19.30 h. 45€

- SUPERA TUS COMPLEJOS

Jueves 15, 19.30 h. 10€

- REFUERZA TU AUTOESTIMA

Jueves 29/10, y 5 y 12/11, 19.30 h. 45€

Cursos Noviembre

- INTELIGENCIA EMOCIONAL: NIVEL 1

Martes 12, 19 y 26/11, 19.30 h. 45€

- SANA TU VIDA

Jueves 19, 26/11, y 3/12, 19.30 h. 45€

- STOP AL STRESS CON MINDFULNESS

Martes 24/11, 19.30 h. 10€



Soy Elena del Valle,
Fundadora de Cursos
Coaching Madrid

Si necesitas:

- Sentirte bien.
- Descubrir y potenciar tus talentos.
- Hacer realidad tu sueño.

Escíbeme a:

info@cursoscoachingmadrid.es

SESIONES INDIVIDUALES: 1 hora - 45€

*COACHING

*PSICOLOGÍA (colegiada M-27068)

*MINDFULNESS

Plaza de España (Madrid).

WWW.CURSOSCOACHINGMADRID.ES

INFO@CURSOSCOACHINGMADRID.ES

