

Les 3 C.: Offre privilège*

S'initier au **Carnet Créatif de Confiance en soi** vous aidera à développer votre **ESTIME** personnelle en cultivant votre **PLAISIR** artistique.

En avez-vous assez de **ces sabotages répétés, de ces doutes** qui vous interdisent de vous réaliser, parce que vous ne "méritez" pas, parce que "vous êtes nul" ? Et si ces blocages, ces fardeaux **pouvaient s'éteindre par des jeux déposés au creux d'un carnet** ? Quel que soit le bain familial auquel nous nous sommes adaptés, quelles que soient nos épreuves ou notre courage, **nous sommes tous empêchés par d'innombrables pensées !** Certains sont convaincus plus que d'autres de ne pas être "capables d'agir" ou "dignes d'être aimé"... Parfois, ils en ont oublié leurs besoins essentiels. Comment dès lors **être heureux d'être soi** ? Je vous propose de participer à cette merveilleuse expérience en réalisant votre journal 3 C.. **instructif, ludique et efficace** pour vous accompagner dans votre évolution. A la portée de tous...

Pour en savoir plus sur le Carnet Créatif de Confiance en soi, [consultez l'intro du l'E-book](#)

LE CONTENU DE LA FORMATION 3 C.

- **1er E-book : Un livret pour comprendre et vous découvrir :**

Pourquoi manquez-vous d'estime ?

Que sont les croyances limitantes, les peurs, le récit de vie ?

Comment se structure une personnalité ?

Les mauvaises habitudes de notre cerveau et ses atouts...

- **2ème E-book : Un livret d'exercices et de petites actions pour évoluer.**

Ils vous permettront de prendre conscience de vos freins. De changer d'optique sur vous, autrui et le monde. Etre dans l'apaisement et la gratitude plutôt que la crainte. Nous serons joyeux et créatifs pour nourrir votre métamorphose en douceur.

- **Des fiches techniques et des tutoriels artistiques.**

Afin de vous permettre de belles réalisations sur votre journal, vous disposerez de **4 vidéos spécifiques au 3 C.** (couleurs, composition, dessin et utilisation des matériaux) et de tutoriels plus généraux mais plus complexes.

- **4 Rencontres en ligne en petit groupe.**

(Zoom durant 1 h 30 min de 3 à 6 personnes) pour voir concrètement comment mettre en place vos exercices au quotidien et dans votre 3 C. Des partages d'expériences et des exemples autour de vos pratiques. Le tout dans la bienveillance et la créativité... A disposition permanente même si vous n'avez pu participer.

- **Le groupe privé Facebook:**

Vous pourrez poursuivre votre évolution grâce aux partages sur le groupe tant le soutien durable de personnes dans la même dynamique et la même problématique que vous est capital. Pour devenir le créateur de votre vie, vous pourrez également bénéficier de tarif privilégié pour des consultations individuelles en soutien de cette découverte de soi.

***50 euros en prix de lancement pour les inscrits avant Août 2023.**

J'ai fait le choix de proposer cette formation libératrice à un tarif très attractif. Cependant, **je limite cette offre privilège à 10 inscrits, en ce sens, APRES avoir lu l'introduction du 3 C. appelez-moi pour valider toute inscription !**

"Nous sommes tous des artistes et notre vie est notre plus belle œuvre."

Au plaisir de vous aider

Sylvie FORESTIER 06.19.44.00.74

SITE: www.etreheureuxdetresoi.com

Chaîne YouTube: [Psychogénéalogie et estime de soi](#)

