

*Tous les jours, à tous points de vue,  
Emile Coué  
je vais de mieux en mieux !*

**Atelier de formation à la « METHODE COUÉ »**  
**Méthode d'autosuggestion consciente positive**  
**30 et 31 mars 2019** - Nancy (54)

## **Programme**

Comment la force des mots et des pensées peuvent  
influencer notre vie ?

Devenez véritablement acteur de votre vie !

### **1<sup>er</sup> jour**

La Méthode Coué, de quoi s'agit-il ?

Les fondements de la Méthode, l'homme et son œuvre

Les lois de l'autosuggestion

Nos pensées déterminent nos actes.

Les principes de la méthode

Qu'est-ce que l'état de modification de conscience ?

Atelier « la confiance en soi »

L'importance de la pratique

Les aides à la pratique

### **2<sup>e</sup> jour**

Atelier « le lâcher prise »

Comment surmonter les 3 obstacles : l'environnement,  
la peur, la procrastination

Atelier « formuler des objectifs adaptés »

Concevoir, croire et réaliser

Les 5 piliers de la méthode

Suggestion « Tous les jours, à tous points de vue... »

Les pouvoirs du cerveau

Atelier pratique du « ça passe, ça passe... »

« le neuro-coaching » l'entraînement au « parler positif »

Conclusion

Contact : Dominique Bolusset-Sabisch

Tél. 03 83 27 14 89

dom.bolusset@orange.fr

Partenaires

Antoine ONNIS  
Président et Conférencier de l'association  
**Suivre Coué**

