

A man in a dark jacket and shorts is sitting on a rocky ledge, looking out over a vast sea of white clouds. The sky is a mix of blue and orange, suggesting a sunset or sunrise. The overall mood is contemplative and serene.

# ENTREPRENEURS DANS L'ÂME

---

equilibre

L'asbl **Equilibre** vous invite à participer au stage d'initiation '**Entrepreneurs dans l'âme**'

L'entreprise constitue souvent un prolongement de la vie de l'entrepreneur ; il y met toute son énergie, ses croyances et sa personnalité. Il y rencontre ses peurs et peut parfois **se sentir dépassé par l'entreprise qu'il a créée**. De même, en tant que manager, cadre, employé, etc vous pouvez **vous sentir envahi par votre vie professionnelle**.

#### **PUBLIC-CIBLE**

Le stage est destiné à des **entrepreneurs mais aussi managers, cadres, employés, indépendants, personnes en transition professionnelle, etc qui recherchent une plus grande harmonie entre leur vie intérieure et leur vie professionnelle.**

#### **BÉNÉFICES POUR LES PARTICIPANTS**

- Tracer un chemin qui vous permettra de vous redécouvrir
- Dénouer les noeuds et tensions entre vous et votre vie professionnelle
- Retrouver le sens profond de vos envies professionnelles et de votre moi profond

#### **COMMENT ?**

Guidés par deux animateurs, vous effectuerez un travail intérieur qui vous permettra de vous relier à vous-mêmes, à la nature et autres hommes et femmes. Nous utiliserons des pratiques énergétiques et spirituelles: sophrologie, méditation, respiration, danse, massages, tantrisme, reiki, constellations systémiques et chamanisme.

#### **Les étapes du stage**

- 1ère jour : les participants vont à la rencontre de leur vie intérieure, ils se plongent en eux pour découvrir davantage qui ils sont. Ensuite, en pleine conscience, ils laissent émerger sensations et émotions.
- 2ème jour : les participants se reconnectent à l'esprit de leur entreprise/projet professionnel et découvrent les voies pour dénouer les noeuds et tensions. Enfin, ils utilisent leur créativité pour créer plus d'harmonie entre leur vie intérieure et leur vie professionnelle.

#### **LES PARTICIPANTS**

Vous serez maximum **douze participant(e)s**. Nous vous demandons de venir avec une couverture, un coussin, un carnet de note et une gourde, d'être habillé décontracté et en clair.

#### **PRIX**

Le prix demandé est de 365 € tout compris : animateurs, salle, logement (chambre simple, double et dortoir), repas. Merci de le verser avant le 31 juillet 2016 sur le compte : BE68 0689 0050 9934

#### **QUESTIONNAIRE ET INSCRIPTION**

Pour l'inscription, nous demandons à chaque participant de nous envoyer (à marc.lemaire@ecores.eu et nathalie.cardon@gmail.com) quelques lignes sur **vos motivations** à participer à ce stage, vos expériences préalables en développement personnel, vos craintes particulières.



## TEMOIGNAGES D'ANCIENS PARTICIPANTS



### **Emmanuel (multi entrepreneur)**

*« J'ai aimé l'ambiance que vous avez créée, le cheminement à travers différentes techniques que vous nous avez présentées, le rythme du week-end, l'alternance de moments d'efforts, de réflexion, de relaxation avec musiques du monde, de communication. »*

### **Vanessa (consultante en développement durable)**

*« Ce stage m'a permis de me recentrer, me reconnecter à moi, ... et de voir plus clair où j'en suis aujourd'hui pour mieux avancer. »*

### **Alexis (entrepreneur dans l'alimentation durable)**

*« Pour ma part, l'expérience fut très positive. Je suis arrivé avec un état d'esprit très ouvert, et ne m'attendais pas à grand chose. Je pense que c'est cela qui m'a permis d'en profiter à fond. »*

### **Sophie (directrice d'un incubateur d'entreprise)**

*« Je suis arrivée avec mon cheval d'entrepreneur et je suis repartie avec mon cœur de femme/ mère/ épouse dynamisée par une recherche d'équilibre personnel, de nouvelles expériences physiques d'affection et de spiritualité en couple et de temps riche en famille. »*

### **Jérôme (coach de start-up)**

*« Le stage m'a donné l'occasion de me recentrer profondément, c'est est un grand 'plus' dans mon parcours professionnel »*

### **Sabine (directrice d'un réseau d'entreprises sociétales)**

*« C'était top ! »*



## QUAND ET OÙ ?

Le stage se tiendra en résidentiel du **vendredi 2 septembre au soir au dimanche 4 septembre 2016 fin d'après-midi** à la maison 'Sous les tilleuls' à Overijse (Langeweg 27, <http://www.muriel-emsens.be/le-partage-muriel-emsens/tilleuls>)



## NOS ANIMATEURS

### Nathalie Cardon

Juriste de formation, diplômée en sciences et gestion de l'environnement et mère de trois enfants, elle travaille depuis quatre ans à placer la conscience au cœur de sa vie. Elle explore diverses approches (tantra, pleine conscience, reiki,...) et suit actuellement une formation de thérapeute psychocorporel et un bachelier en psychologie.

### Marc Lemaire

Ingénieur commercial et agroéconomiste, il est le fondateur de l'ONG Groupe One, du bureau d'étude Ecores et de l'asbl Equilibre. Entrepreneur dans l'âme, il a frôlé le burnout il y a six ans et, depuis, pratique diverses techniques quotidiennement (méditation, chamanisme, ...).

## CONTACT

[info@equilibreasbl.be](mailto:info@equilibreasbl.be)

Equilibre asbl | 40 rue de Chambéry, 1040 Etterbeek  
N° Entreprise 0556.805.734 | [www.equilibreasbl.be](http://www.equilibreasbl.be)

