

## Atelier : « Et si je repérais le positif dans ma vie ? »

Nous avons tendance à voir le verre à moitié vide,  
Or... il est aussi « à moitié plein ! »  
Et si nous décidions de repérer le positif dans nos vies ?  
Nous serions plus heureux !

- 2 jours pour :
- Apprendre à changer votre regard sur votre quotidien
  - Avoir plus d'élan dans votre vie
  - Se motiver pour l'action
  - Renforcer votre confiance en vous-même
  - Devenir acteur de votre vie

*Outils pédagogiques – Mise en situation – Exercices pratiques*  
*Travail personnel, échange à 2 ou en petit groupe*  
*Charte de bienveillance : Confidentialité, non jugement, bienveillance*  
*Petit groupe pour un suivi personnalisé*

**Du Lundi 7 Avril 2025 14h au Mercredi 9 Avril 2025 15h**

Maison Saint François

1 avenue des acacias. 35800 DINARD Tel : 02.99.88.25.25

INTERVENANTE : **Catherine MOUFLARD**,

Thérapeute comportementale, Maître praticien en P.N.L.

**Experte en estime et confiance en soi** depuis 14 ans

Tel : 06.88.83.16.34. [www.deciderdesavie.fr](http://www.deciderdesavie.fr) (vidéos et témoignages sur l'atelier)

### Bulletin d'inscription (à recopier sur papier libre si besoin)

« « **Et si je repérais le positif dans ma vie... pour plus de bonheur !** » »

Nom : .....

Prénom : .....

Age : .....

Adresse : ..... Ville : .....

Numéro de portable : .....

Adresse e-mail : .....

s'inscrit à l'atelier animé par Catherine MOUFLARD, Thérapeute comportementale, spécialiste de l'estime de soi :

Du 7 Avril 2025 14h 00 au 9 Avril 2025 14h 00 à la Maison Saint François à Dinard

s'est inscrit en pension complète à la Maison saint François ( voir au verso)

Ci – Joint :

**1 chèque de 195 €** à l'ordre de Catherine MOUFLARD

**A lu et accepté** les conditions générales ci-dessous

Date : / /2024 ou 2025

Signature :

**A envoyer à :** « Décider de sa vie » Catherine Mouflard

12 rue Camille Corot 78180 Montigny le Bretonneux

NB : Une confirmation de votre inscription à l'atelier vous sera envoyée par sms

**Conditions générales : Annulation** de l'inscription à l'atelier par vous

- Si annulation 21 jours ou + de 21 jours avant le début de l'atelier : 95€ remboursés

- Si annulation moins de 21 jours avant le début de l'atelier, ou si non présentation, ou si départ anticipé : aucun remboursement

# BULLETIN D'INSCRIPTION PENSION COMPLETE Maison Saint François

(A recopier sur papier libre si besoin)

**NOM** .....  
Prénom.....Date de naissance .....  
Prénom.....Date de naissance .....  
Adresse.....  
Code postal ..... Ville .....  
Tél. ....  
E-Mail .....

S'inscrit en pension complète à la Maison Saint François à Dinard (160€)  
du Lundi 7 Avril 2025 à 14h00 au Mercredi 9 Avril 2025 à 15h00

Il est possible d'arriver avant et de repartir après la session (déjeuner du 1<sup>er</sup> jour par exemple), avec supplément. Merci de nous donner vos dates précises à l'inscription ci-après :

si séjour avancé et/ou prolongé : du ..../...../..... au /...../...../2025

je demande à déjeuner le 1<sup>er</sup> jour : 07/04/25

s'est inscrit(e) à l'atelier « Et si je repérais le positif dans ma vie ? »  
-> voir bulletin au recto de cette feuille

**Pour confirmer votre séjour en pension complète, arrhes de 50 euros, à régler :**

- soit par chèque (ordre : Foyer de Charité - Maison St François), à renvoyer à : Maison Saint François, 1 avenue des acacias 35800 Dinard
- soit en ligne ; voici le lien : [https://jepaieenligne.systempay.fr/MSF\\_HARRES](https://jepaieenligne.systempay.fr/MSF_HARRES)

Fait le ....., Signature :

Si vous souhaitez une confirmation par mail de votre inscription, cochez la case ci-après . Pour une réponse par la poste, joindre une enveloppe timbrée à votre adresse)

---

## Comment venir à la Maison Saint François à Dinard ?

- En voiture : plan d'accès sur le site : [www.maison-saint-francois.com](http://www.maison-saint-francois.com)
- En train : TGV direct Paris-St Malo. Puis taxi jusqu'à la Maison St François (25 euros). Ou prendre un car à la sortie de la gare (ligne 16) et descendre à l'arrêt « La Gougeonnais » (le demander au chauffeur, car arrêt non obligatoire). Puis à pied jusqu'à la maison St François. (15-20 mn)

Participation aux frais :

- Pour la Maison St François : 160 € ( tarifs 2024) / 2 jours ( de l'après-midi à l'après midi)
- Pour l'atelier, le règlement est à envoyer directement à l'intervenante par courrier, par bulletin d'inscription séparé (voir verso)

En Pratique : Draps fournis. **Apportez votre linge de toilette.**