# RETROUVER UN ESPACE DE PRÉSENCE À SOI

**Vous vous sentez seul·e, fatigué·e, dépassé·e face à vos préoccupations, vos peurs, votre chagrin ? Aimeriez-vous accéder à un état intérieur apaisant, doux et confiant ?**

L'éveil à soi par le Focusing de la Relation Intérieure permet d'établir une Présence à soi, dans l'écoute de ce qui se passe en vous. Je vous accompagne dans un espace chaleureux qui offre la place aux émotions et situations ayant besoin d'être reconnues, sans jugement.

Retrouvez votre Etre, léger, serein… là où il n'y a rien à changer, rien à transformer, tout à aimer.

**INFOS PRATIQUES**

- La séance est individuelle
- Durée : environ 1h
- Montant : 1 séance pour CH 100.-
  3 séances pour CHF 250.-

Possibilité de séance à distance par Skype

**CONTACT**

**Marie-José Briner**
Praticienne certifiée en Focusing de la Relation Intérieure
Enseignante en Psycho-kinésiologie

026 470 19 24
mj.briner@bluewin.ch