

Informations pratiques

Dates :
module de 2 jours
jeudi 22 et vendredi 23 novembre 2018
de 10h à 13h et de 14h30 à 17h30

Délai d'inscription :
minimum 2 semaines avant le début du cours

Inscriptions :
jusqu'au 31 juillet 2018 :
par e-mail à formation@lacorbiere.ch

dès le 1er août 2018 :
via notre site internet www.lacorbiere.ch

Renseignements : par tél. au **026 664 84 20**

Nombre de participant-e-s : 8 personnes minimum

Prix :
CHF 300.- par personne pour le module de 2 jours
Le règlement de ce montant fait office d'inscription définitive. IBAN : CH15 0900 0000 8736 6636 3 – BIC : POFICHBEXXX
Merci de préciser le titre du cours lors du paiement

Lieu : Centre de santé La Corbière, La Corbière 6, 1470 Estavayer-le-Lac

Matériel à emporter :
crayons de couleurs et de quoi prendre des notes

Prérequis : aucun



Château de La Corbière, lieu des formations

Nous trouver



Par la route

Autoroute A1 : sortie Estavayer, direction centre-ville. Au double rond-point prendre à droite selon les panneaux « Neuchâtel » « La Corbière ». Sortie de la localité. A la première présélection de gauche, tourner à gauche puis de suite à droite au panneau « Centre de santé La Corbière ». Suivre les indications « La Corbière » (chemin de campagne) sur 1km.

En transports publics

Ligne Fribourg-Yverdon avec une liaison toutes les 30 minutes. Trajet de 40 minutes à pied depuis la gare.



La Corbière 6, 1470 Estavayer-le-Lac
Tél. : +41 (0)26 664 84 20 - Fax : +41 (0)26 664 84 25
E-mail : office@lacorbiere.ch - Web : www.lacorbiere.ch

Ennéagramme

Cours tout public

par **Véronique Bongard-Pittet**,
infirmière enseignante diplômée du CEE Paris
en kinésiologie, kinésiologie musicale
et en ennéagramme

Jeudi 22 et vendredi 23 novembre 2018



Ennéagramme

Qu'est-ce que l'enneagramme ?

C'est une méthode de connaissance de soi, transmise à travers les siècles par tradition orale, et qui s'est enrichie au XX^e siècle des découvertes de la psychologie. Son utilité dans le domaine des ressources humaines est de plus en plus reconnue.

Le principe : identifier neuf types de personnalité, chacun d'eux étant composé d'un ensemble cohérent de caractéristiques. Certains comportements qui en découlent peuvent être observés aisément dans la vie quotidienne, d'autres sont plus cachés et relèvent de la sphère privée.

La conscience de soi

Qui suis-je ? Quelles sont mes forces et mes faiblesses ? Il ne s'agit pas de trouver mes qualités et mes défauts : je les connais déjà ! Il s'agit de prendre conscience du « pourquoi » de mes comportements et de mes choix et de trouver « comment » améliorer le fonctionnement de ma personnalité, pour aller vers davantage de bien-être, de sagesse ou de réussite, chaque type de personnalité tendant vers un but différent.

Véronique Bongard-Pittet pratique l'épigénétique et enseigne l'enneagramme et la musique-kinésiologique à Paris et en Suisse.

Objectifs de la formation

A quoi cela sert-il de connaître son type de personnalité ? Découvrir la dominante de sa personnalité, c'est :

- faire la lumière sur les ressorts cachés de ses comportements
- comprendre les discordances qui sont source de malentendus
- disposer d'un trousseau de clés qui ouvre de nombreuses portes

On peut l'utiliser pour :

- renforcer l'estime de soi
- développer son attention aux autres
- travailler sur ses propres faiblesses
- gérer son stress et son énergie et... trouver son chemin

Contenu et déroulement

Durant les deux jours de formation :

- découverte de son enneatype par questionnaire, élaboration d'un blason et discussion par groupe ou avec un binôme
- apprendre à connaître les 9 types de personnalité, comment s'équilibrer en travaillant sur ses flèches et ses ailes et comprendre les relations entre profils
- travail pratique et corporel pour connaître quelle partie du corps est stimulée par son enneatype

