

## SEMINAIRE :

# AUTOHYPNOSE

Une initiation à l'autohypnose comme outil pour **gérer vos stress** au quotidien, favoriser un état d'**alignement interne** et **développer votre potentiel** vous est proposée avec ce stage.

Vous mettre en état d'hypnose et favoriser ainsi le passage de vos souhaits et désirs du conscient à l'inconscient, du rêve à la réalité.

L'autohypnose est utile pour développer nos qualités, améliorer nos faiblesses, gérer la douleur, abaisser le niveau de stress avant un examen ou d'autres situations, favoriser le sommeil ou tout simplement avoir une vie plus harmonieuse et épanouie.

Le cours introduit le cadre théorique permettant d'appréhender, comprendre et utiliser l'état hypnotique :

### **Vous apprendrez :**

Une introduction aux notions du conscient et de l'inconscient.  
Le cerveau gauche et le cerveau droit.  
Description des ondes cérébrales, cohérence et incohérence.  
Qu'est-ce qu'un état hypnotique.  
Formuler des suggestions positives et développer ses potentiels.

### **Vous exercerez :**

Comment vous mettre dans l'état hypnotique.  
Différents moyens d'auto-induction.  
Vos premiers pas en autohypnose.

Pour intégrer au mieux l'autohypnose, les exercices et la pratique seront favorisés durant ces deux jours.

**Samedi 18 et dimanche 19 juin 2022**

**Horaire : De 9h30 à 17h30**

350,- CHF le stage

**Lieu :**

**Cabinet d'Yves Besson**  
37 Av. des Grandes Communes  
1213 Onex



## BULLETIN D'INSCRIPTION

### Séminaire Autohypnose & développement de son potentiel

Théorie et expérimentation de l'hypnose & l'Autohypnose  
(remplir et envoyer accompagné des arrhes)

Nom :	
Prénom :	
Adresse :	
Code Postal :	Ville :
Tél privé :	Tél prof :
Mobile :	
Courriel :	
Profession :	

- Je m'inscris au stage de 2 jours des 18 et 19 juin 2022
- Pour retenir ma place, je verse 110,- CHF d'arrhes libellé à l'ordre de Yves Besson - 1213 Onex.  
sur le CCP 17-675329-3 - IBAN CH41 0900 0000 1767 5329 3

#### CONDITIONS DE REGLEMENT

Le prix de l'action de formation est fixé à 350 CHF

Le stagiaire s'engage à verser la totalité du prix de la session, le premier jour de celle-ci. A régler en une fois, en espèces ou par CCP libellé au nom de Yves BESSON.

Un premier versement sera effectuer à titre d'arrhes ne dépassant pas 33% du montant du stage. Soit un montant de 110 CHF .

Les arrhes transmises avec le bulletin d'inscription pour réserver la place sont déduites lors du paiement du stage. Elles seront restituées en cas de désistement parvenu au plus tard 20 jours avant le début de la session.

Une restitution partielle de 50% du montant des arrhes entre le 20ème et le 5ème jours.

Conservation des arrhes si désistement 5 jours avant le stage.

Date :

Signature :

Les inscriptions seront prises en compte dans la limite des places disponibles,  
dans l'ordre de réception des bulletins d'inscription accompagnés des arrhes.

**Renvoyez à :** Yves Besson 37 Av. des Grandes Communes 1213 Onex / CH