

Instants Propices

Une démarche souple et cadrée



Les Instants Propices peuvent se définir par :

> **une mobilisation physique adaptée pour le bien-être global**

/ sans viser la performance sportive.

> **l'expression de vos difficultés et challenges**

/ sans viser le soin d'un quelconque trouble.

> **l'évocation d'expériences inspirantes**

/ sans viser la recommandation de recettes de la réussite.

> **des prises de conscience sur vos ressources améliorant le quotidien**

/ sans viser l'augmentation de vos capacités ou votre efficacité globale ou spécifique

> **le partage de nos apprentissages**

/ sans viser le transfert de connaissance d'une quelconque discipline

> **l'expression de nos points de vue**

/ sans viser à convaincre d'aucune supériorité ou vérité politique, religieuse, philosophique...

> **le dépôt de certaines confidences de vie**

/ sans viser à effectuer des confessions religieuses

> **l'observation de l'écho entre ce qui se passe dans le monde et dans notre intériorité**

/ sans viser à débattre de l'actualité de notre société.

> **le tissage de liens d'humanité**

/ sans viser à établir spécifiquement des liens amicaux.

Emmanuel Marien BERGHE

06 83 82 19 07

emmanuel@instants-propices.fr

www.instants-propices.fr