Institut Florence Lacaze

FORMATION EN INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE INTÉGRALE

Découvrir, apprivoiser et conduire sa nature émotionnelle

Du corps à l'âme



FORMATION CERTIFIANTE

Praticien(ne) en intelligence émotionnelle intégrale

---

4 CYCLES · 13 COURS · 182 HEURES

En présentiel · En visio · En formule intensive d'été

PRÉSENTATION

L’émotion, force vitale

Notre vie est colorée de multiples ressentis émotionnels, plaisants ou non, plus ou moins durables. Ils nous donnent la sensation d’être vivants. L’émotion est, pour chacun, l’accès le plus puissant et le plus rapide à un immense réservoir d’énergie et de vitalité : l’élan amoureux ou l’instinct qui pousse à protéger son enfant mobilisent des ressources insoupçonnées.

Une même énergie peut ainsi épuiser ou élever. Tout dépend de la connaissance que l’on en a et de la manière dont on la conduit.



Nous sommes des émetteurs-récepteurs

Chacun de nous émet des vibrations (énergie) qui se propagent alentour, et reçoit celles qui proviennent d’autrui et de son environnement. Savoir ce que l’on émet, discerner ce que l’on reçoit, choisir ce que l’on accueille : telle est la clé du parcours.

La promesse

Faire connaissance avec son terrain émotionnel et en faire un levier de croissance.

Viennent ensuite des outils éprouvés pour préserver son énergie et fortifier son terrain : PNL, sophrologie, hypnose, yoga, méditation Vipassana.

Comme pour la conduite, on découvre d’abord le véhicule, on en comprend le fonctionnement, puis l’on apprend à le mener dans la direction choisie.

Une approche intégrale

Les approches actuelles de l’intelligence émotionnelle partent de l’émotion manifestée et cherchent à mieux la gérer. Ce parcours remonte à sa source, à travers tous les plans de l’être : le corps, l’énergie, la relation aux autres et aux lieux, et la dimension de l’âme.

Les approches actuelles enseignent à mieux tenir le volant ; la présente méthode invite à rencontrer le conducteur lui-même.



Pourquoi cette formation ?

Ce que vous allez y gagner

Comprendre

Ce qui se passe en vous quand une émotion surgit : dans le corps, le cerveau et l'énergie.

Cesser de subir

Reconnaître ce qui vous épuise et ce qui vous élève, et choisir.

Retrouver énergie et vitalité

Grâce à des outils simples : respiration, méditation, remèdes naturels.

Apaiser vos relations

En couple, en famille, au travail.

Donner du sens

Relier vos émotions à votre chemin de vie.

Devenir praticien(ne) certifié(e)

Et accompagner les autres à votre tour.

Pour qui ?

- Vous souhaitez **mieux vous connaître** et vivre vos émotions plus sereinement.
- Vous voyez revenir **les mêmes réactions**, ou rejouer des **histoires familiales**, et voulez en comprendre l'origine.
- Vous traversez une période de **changement, de stress ou de fatigue** et cherchez des ressources.
- Vous êtes **manager, dirigeant, sportif ou artiste**, et vivez de fortes émotions sous pression.
- Vous êtes **thérapeute, coach, enseignant ou soignant** et souhaitez enrichir votre pratique.
- Vous aimez les **approches globales** qui relient le corps, l'âme et l'esprit.
- Pour les **entreprises**, un programme spécifique est conçu à la demande.

Le programme détaillé

Cours par cours : **télécharger le programme détaillé (PDF)**

florencelacaze.com › Formations › Du corps à l'âme



LE PROGRAMME

Quatre cycles, treize cours

Les titres des cycles composent une partition : l'instrument, la symphonie, le concert, puis le chant de l'âme.

CYCLE 1

Le corps, l'instrument des émotions

1 · Découverte de sa nature émotionnelle

2 · L'émotion dans le corps : neurosciences et système endocrinien

3 · Décodage biologique des maladies

CYCLE 2

L'émotion, une symphonie d'énergie

4 · Les mémoires émotionnelles

5 · Émotions et traditions, la réalité énergétique du corps

6 · Chakra-thérapie

CYCLE 3

Les relations, un concert d'émotions

7 · La relation émotionnelle aux autres

8 · Harmoniser ses relations

9 · L'influence des lieux

CYCLE 4

Les émotions, le champ de l'âme

10 · L'émotion, message de l'âme

11 · Préparation du mémoire

12 · Les synchronicités

13 · La mission de vie

La méthode : comprendre, ressentir, pratiquer

Une part égale est accordée à la théorie et à la pratique. Chaque demi-journée conjugue apports théoriques, mises en pratique et échanges. Chaque cours offre une méditation guidée et ses remèdes naturels : phytothérapie, fleurs de Bach, aromathérapie, gemmothérapie, lithothérapie, spagyrie, homéopathie.

Un journal de la météo intérieure et une trousse émotionnelle personnelle accompagnent le participant du premier au dernier cours.

« Une même énergie peut épuiser ou élever. Tout dépend de la manière dont on la conduit. »

MODALITÉS

Trois façons de suivre le parcours

En présentiel

Un week-end par mois, le samedi et le dimanche, de 9 h à 12 h 30 et de 14 h à 17 h 30, sur treize mois.

De 7 à 24 participants.

En visio

Une demi-journée par semaine, de préférence le dimanche matin, de 9 h à 12 h 30.

De 5 à 24 participants.

Des vacances qui transforment

L'été, un cycle entier en six jours d'immersion (huit pour le cycle 4).

Inscription à la carte : au cours, au cycle, ou au parcours complet, à des conditions nettement plus avantageuses.

Les tarifs

Tarif du cours :

Suisse : 600 CHF.
Zone euro : 450 €.

Tarif d'un cycle (cycles 1, 2 et 3) :

Suisse : 1 600 CHF
(au lieu de 1 800 CHF cours par cours).

Zone euro : 1 200 €
(au lieu de 1 350 € cours par cours).

Tarif du cycle 4 :

Suisse : 2 100 CHF
(au lieu de 2 400 CHF cours par cours).

Zone euro : 1 600 €
(au lieu de 1 800 € cours par cours).

Tarif du parcours complet certifiant :

Suisse : 6 400 CHF
(au lieu de 7 800 CHF cours par cours).

Zone euro : 4 800 €
(au lieu de 5 850 € cours par cours).

Paiement en une fois, ou en plusieurs fois sans frais, par virement ou en ligne.

FORMATION CERTIFIANTE

Praticien(ne) en intelligence émotionnelle intégrale

Le parcours complet conduit à la certification Institut Florence Lacaze (IFL) : un examen à la fin de chacun des trois premiers cycles, puis un mémoire d'une trentaine de pages, soutenu lors d'une journée dédiée qui s'achève par la remise des certificats.

La formatrice : Florence Lacaze

Elle accompagne l'être humain depuis plus de trente-cinq ans, dans une approche globale qui embrasse le corps, les émotions, le mental et la dimension spirituelle. Elle enseigne depuis près de quarante ans.

Docteur en naturopathie · Certifiée en intelligence émotionnelle · Sophrologue et hypnothérapeute · Formée trois ans au décodage biologique · Maître praticienne en PNL · Coach professionnelle (RNCP), certifiée ICF ACC · Professeur international de Hatha Yoga, formée en ashram.

Contactez-nous pour connaître les prochaines dates et les lieux.

Demander les dates et les lieux

Institut Florence Lacaze

Renseignements et inscriptions

Chemin de Beaumelon 6 · 1224 Chêne-Bougeries · Genève
+41 76 203 77 33
info.florencelacaze@gmail.com
florencelacaze.com

Télécharger le programme détaillé (PDF)