

# Développement personnel chrétien



## ANGERS 2026-2027

AVEC  
Cosette Fébrissy

**empreinte**  
— formations.

# Le développement personnel



La vie n'est pas toujours facile.

Souvent, les circonstances nous dépassent et nous causent des soucis.

Mais, parfois, nos soucis viennent de l'intérieur de nous-mêmes.

Nous nous rendons compte de certains dysfonctionnements dans nos relations mais nous avons de la difficulté à les déceler.

Nous pouvons être découragés par l'écart que nous constatons entre ce que nous voudrions être et ce que nous sommes.

Ces rencontres de développement personnel offrent un espace pour prendre du recul et apprendre sur soi en abordant divers sujets dans un cadre décontracté.

*Venez découvrir notre actualité sur*



@empreinte\_formations



empreinteformations

[https://www.instagram.com/empreinte\\_formations/](https://www.instagram.com/empreinte_formations/)

<https://www.facebook.com/empreinteformations>

Nouvelle adresse internet  
**empreinte-formations.fr**

# Objectifs

Ce séminaire s'adresse  
aux personnes désireuses de :

- ▶ mieux comprendre  
leur fonctionnement psychologique  
et spirituel,
- ▶ accroître leur qualité de vie  
en réduisant la tension  
entre ce qu'elles sont  
et ce qu'elles essaient d'être,
- ▶ développer leur potentiel  
pour mieux servir Dieu  
et les autres.



Cet atelier de développement personnel a été pour moi un espace de réflexion, enrichissant et bienfaisant, donné par des personnes qualifiées. Il m'a donné des outils pour me (re)construire et avancer dans la vie. Je vous le recommande vivement.

*Une ancienne participante*

# Aperçu du programme

- ▶ Connaître mon identité
- ▶ Oser être moi-même, oser m'affirmer
- ▶ Connaître mon fonctionnement psychologique et spirituel
- ▶ Comprendre et gérer mes émotions
- ▶ Mieux communiquer
- ▶ La relation et ses limites
- ▶ Connaître et vivre ses dons
- ▶ Les structures de la vie spirituelle
- ▶ Mes déserts et les silences de Dieu



Présidente d'*Empreinte Formations*, Cosette Fébrissy est psychologue clinicienne, psychopédagogue, formatrice, conférencière et auteure.



# Dates et heures

20 heures de formation en 8 sessions,  
le vendredi de 19h à 21h30.

11/09/2026

16/10/2026

13/11/2026

11/12/2026

15/01/2027

12/03/2027

16/04/2027

21/05/2027

## Lieu

Angers

(adresse communiquée après inscription)

## Prix

280 euros

(possibilité de régler en 3 trimestres)

+ 25 euros de frais d'adhésion\*

Chèques à l'ordre de « Empreinte Formations »

## Conditions d'inscription

- ▶ Par votre signature, vous vous engagez à participer à l'intégralité des huit sessions de formation et à participer financièrement même en cas d'absence.
- ▶ En cas de désistement, les frais d'adhésion de 25 € restent à l'organisateur et ne sont pas remboursés.

\* Pour bénéficier de la formation, votre adhésion de 25 € à Empreinte Formations est nécessaire (assurance).



# BULLETIN D'INSCRIPTION

ÉCRIRE TRÈS LISIBLEMENT

Nom : .....

Prénom : .....

Profession : .....

Adresse complète : .....

.....

.....

.....

Tél : .....

Email : (très lisible)

.....@.....

## NOMBRE DE PLACES LIMITÉ

*Je m'inscris et m'engage à suivre les 8 rencontres du séminaire du Développement personnel chrétien 2026-2027 à ANGERS. Je m'engage au règlement des 8 sessions, même en cas d'absence et je joins à ce bulletin d'inscription un chèque de 25 € pour les frais d'adhésion.*

Signature : .....

### Pour tous renseignements et inscription

Mme Evelyne Bourgade

7 La Jutière

49750 CHANZEAUX

Chemillé-en-Anjou

developpement-personnel-angers@empreinte-formations.fr