



## **Outils concrets** **Petite Enfance et Aide à la Jeunesse**

**La méthode Félicitée®**  
une approche ludique et bienveillante

**Avec**  
**Catherine Delhaise**  
Conceptrice de la méthode Félicitée®

**Vous travaillez dans le secteur de la petite enfance et de l'enfance ?**  
**Vous cherchez des pistes et des outils concrets ?**

Une méthode simple et facile à mettre en œuvre de 2.5 ans à 107 ans.  
Pratiquez 7 minutes d'exercices dans un ordre bien précis.

Vous travaillez dans le secteur de la petite enfance ?

Vous travaillez en école des devoirs ?

Vous travaillez dans l'aide à la jeunesse ?

Vous cherchez des pistes concrètes pour la gestion des émotions et des comportements ?

Vous souhaitez compléter votre boîte à outils pour aider les enfants qui ont des troubles de l'attention, TDA/H et troubles DYS ?

**Vous cherchez aussi des pistes pour développer votre bien être ?  
Alors, cette formation est faite pour vous !**

## **Catherine Delhaise**



### **Conceptrice de la méthode Félicitée®**

Diplômée en Gestion des Ressources Humaines

Kinésologue - Spécialisée dans les apprentissages scolaires  
et les comportements chez les enfants

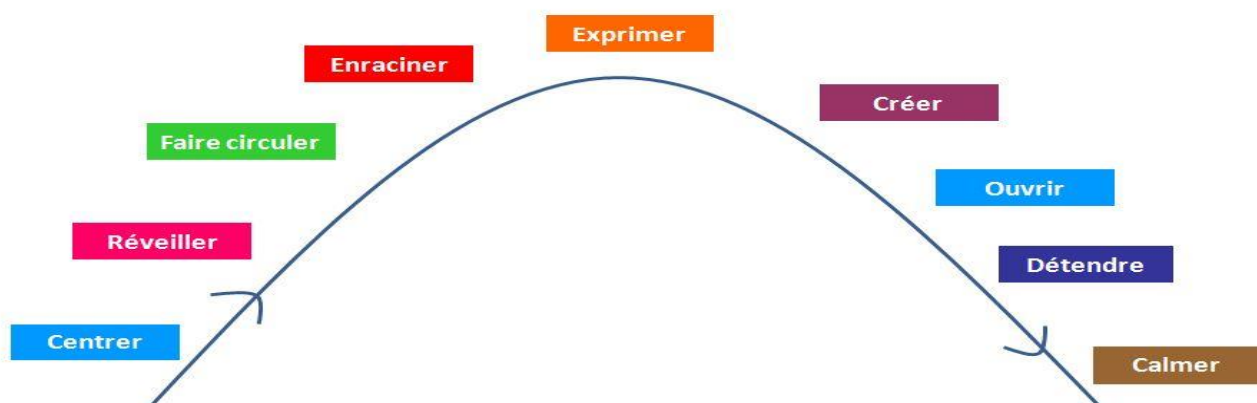
Formée à la Psychologie Corporelle Intégrative - Québec

Thérapeute PCI en Relation d'aide

Formée à la Psychopathologie

Formatrice et Conférencière

En 2005, elle vit une transformation intérieure qui lui permet de s'ouvrir à son potentiel et à sa puissance. Son chemin de guérison intérieure, ses consultations avec les enfants et 2 années de travail dans des écoles lui ont permis de **créer un concept unique et magique qui stimule le potentiel des enfants et celui que chacun a en soi**. Depuis 2010, elle transmet des outils et des pistes concrètes à toutes les personnes qui souhaitent **donner du sens à leurs talents**. Sensible au bien-être des enfants et à l'épanouissement, **elle a le don de transmettre des outils pour aider chacun à évoluer vers le meilleur de soi**. Un processus précis qui permet de développer le calme, la sérénité et la **force intérieure**.



En 7 minutes développez la concentration et les apprentissages chez les enfants. Un outil concret pour les enfants en difficultés et la gestion des émotions.

Une méthode qui a déjà fait ses preuves auprès de **23 800 personnes**. Pratiquée déjà auprès de 158 000 enfants tous les jours en classe et à la maison.

Les techniques associent le mouvement et la respiration pour créer de nouveaux chemins neuronaux.

La méthode Félicitée associe différentes approches dans un ordre bien précis :

- La Psychologie Corporelle Intégrative
- La Kinésiologie
- Le Brain Gym
- La Sophrologie
- Le Yoga
- Le Yoga des doigts
- Le Yoga des yeux
- La Gymnastique douce
- Le Do In
- La Gestion Mentale
- La Visualisation Créatrice
- La pleine conscience - Mind Fulness

La répétition des exercices permet de stimuler les connexions neuronales et de créer des empreintes bienfaites avec de nouveaux liens pour une meilleure utilisation de son potentiel.



## Programme de la formation

**La méthode Félicité®,**  
**une approche ludique pour développer son potentiel au quotidien.**  
**« Je m'équilibre en 7 minutes ! »**

**Formatrice :** Catherine Delhaise

### **Objectifs de la formation**

- Acquérir quelques connaissances de base sur le cerveau qui apprend
- Développer des conditions optimales
- Comprendre les difficultés de stress, d'apprentissages et de concentration
- Développer une plus grande qualité de présence et de concentration
- Mieux gérer son propre stress et augmenter son niveau de vitalité
- Améliorer l'estime de soi, les attitudes positives et les comportements
- Repartir avec des outils concrets pour soi, pour ses enfants et ceux avec lesquels on travaille

### **Contenu de la formation**

- Le fonctionnement de base du cerveau qui apprend
- L'éveil des sens et de l'intelligence
- Apprendre à se poser et à s'enraciner pour améliorer la concentration et créer un climat serein
- Pratique de la méthode Félicité et des 52 exercices de la méthode Félicité
- Mieux utiliser son cerveau et développer la latéralité
- Outils pour la gestion des colères et apaiser les comportements agités
- Développer l'estime de soi et l'épanouissement chez les enfants

## Méthodologie

- La formation est construite sur une base théorique avec une alternance entre théorie et pratique
- Vous êtes amené à bouger régulièrement pour expérimenter les exercices
- Un protocole précis est donné à la fin de la formation pour favoriser votre pratique et le transfert des acquis



**[www.felicitee.be](http://www.felicitee.be)**

Félicitée » asbl - Rue Eugène Coulon, 26 - 5032 Bothey - Belgique  
Tel. 0032476/72 95 55 - Email : [reussite@felicitee.be](mailto:reussite@felicitee.be) - **[www.felicitee.be](http://www.felicitee.be)**