



ONG - PAIX & BIENVEILLANCE EN ACTION

I. Pratique Personnelle (Auto-Coaching)

Pourquoi introduire les pratiques du Programme International Arbre de la Paix dans votre vie quotidienne?

Les 5 pratiques d'excellences du Programme International des Arbres de Paix, introduites tout au long de la journée en micro-pauses, vous permettent de réussir à :

1. Surmonter le stress et retrouver un équilibre harmonieux tout au long de la journée.
2. Se relever des blessures et traumatismes, tout en transformant positivement sa sensibilité.
3. Retrouver sa douceur du coeur, sa nature paisible, sa joie de vivre et sa satisfaction.
4. Exprimer sa bienveillance par le plaisir du soutien mutuel ainsi que l'expression de sa créativité et ses talents mis au service du mieux-être des autres et de la planète.
5. Manifester son plus haut potentiel individuel et déclencher une dynamique collective bienfaisante, source de sens et de motivation retrouvée pour de nombreuses personnes
6. Créer de nouveaux possibles, opportunités et innovations qui font une réelle différence et un bien fou dans la vie des gens.
7. Contribuer et impacter positivement le futur des jeunes générations et celui de la planète.

Comment démarrer et participer?

1. **Pour réussir à vous relier à votre puissante richesse intérieure**, pour créer de la magie dans votre vie et matérialiser cette richesse à l'extérieur, téléchargez le « Guide pour la pratique du Programme International des Arbres de Paix et des Objectifs de Développement Durable » [ICI](#).
2. **Pour une pratique durable, créez votre « réseau Arbres de Paix »** autour de vous, pour vous soutenir mutuellement et pratiquer ensemble, de manière ludique et agréable, les outils du Programme en synergie dans vos vies quotidiennes.
3. **Partagez vos expériences avec le réseau international des Arbres de Paix** pour aider et inspirer les autres dans le monde en écrivant par mail à : lesarbresdepaix@gmail.com ou sur FB dans la communauté : ONG Paix & Bienveillance en Action



Programme International des Arbres de Paix et des ODD

Auteurs : Sabine Devlieger & Max Deloor

Centre International de Recherches et de Formations de l'ONG « Paix & Bienveillance en Action »

Tel: +33 6 7709 6849

Site: www.ongpaixbienveillanceaction.org

Email: lesarbresdepaix@gmail.com

