



ÉCRIRE POUR ACCÉDER AU POUVOIR DE L'INCONSCIENT ET ÉVEILLER LA CRÉATIVITÉ SELON IRA PROGOFF

intensiveWriting



Conférences - en ligne - Mercredi 15 octobre 2025 de 19h30 à 21h
- en présentiel - Mercredi 12 novembre de 19h30 à 21h
Paladium - Le Labyrinthe - Salle de droite
20 Rue des Peupliers L-2328 Hamm-Luxembourg



Ateliers - Samedi 15 et dimanche 16 ainsi que
samedi 22 et dimanche 23 novembre
de 10h à 13h15 et de 14h45 à 18h
Amiperas - 26 rue Dernier Sol
L-2543 Bonnevoie-Luxembourg

Animés par Heidemarie Graul-Bellali, seule formatrice
en Europe à transmettre la méthode d'écriture PROGOFF
www.intensivewriting.ma

Imaginez que votre vie soit comme des bouts de tissu éparpillés devant vous: des beaux, des gris, ennuyeux, et d'autres plutôt laids. Imaginez maintenant que vous trouvez une baguette magique qui vous permettrait de les transformer en un patchwork magnifique, l'œuvre d'art qu'est votre vie.

Cette baguette magique se trouve au bout de votre plume :
l'écriture dans un workbook structuré selon la *Méthode d'IRA PROGOFF*.

Dans un atelier de quatre jours, vous travaillez au sein d'un groupe silencieux.
Vous êtes la seule personne à lire ce que vous avez écrit.

Vous vous lancez dans un processus qui vous aide à voir plus clair dans votre vie, à transformer vos relations, à faire le point sur vos croyances et vos valeurs, à dépasser des blocages et à développer votre créativité.

Ensuite, votre workbook deviendra pour vous un compagnon de vie, neutre et bienveillant, qui ne portera jamais de jugement.

- Participation conférence en ligne le 15 octobre: gratuite
 - Participation conférence en présentiel le 12 novembre: don en conscience
 - Participation atelier 4 jours: 300€/pers. Acompte de 50€ sur le compte de Cultiver l'Être, IBAN: LU24 1111 1916 0025 0000, idéalement 10 jours avant le stage.
- Et si le prix pose souci, on trouve une solution ensemble.

Infos: Tél: 621 762 440 - cultiverletre@yahoo.fr - www.cultiverletre.org