

Vous avez envie de

- mieux vous connaître,
- · réorienter votre vie,
- vous exprimer librement,
- comprendre votre fonctionnement...

Vous ressentez le besoin de

- · faire des choix, vous engager,
- vous assumer,
- vivre plus de sérénité,
- · accepter vos peurs,
- · acquérir plus de confiance en vous...

Vous vivez une période difficile, telle

un tournant de votre vie, une séparation, un deuil, une crise...

Je suis là pour



vous recevoir avec sensibilité et sans jugement,

dans un espace privilégié d'écoute et d'empathie.

Et je vous accompagnerai sur le chemin de la découverte de vous-même et de vos solutions propres,

à votre rythme

et en accord avec votre être profond.

Passionnée par les relations humaines, j'ai développé durant mon parcours tant personnel que professionnel, un grand besoin de relations sincères et vraies. J'ai

découvert dans l'ANDC° une approche répondant à mes valeurs et mes convictions, y.c. dans les exigences de formation de ses thérapeutes. En choisissant de devenir TRA (thérapeute en relation d'aide) puis régulatrice, j'ai pu développer une profonde connaissance et acceptation de ma personnalité. Grâce à cette démarche, j'ai trouvé une nouvelle liberté, faite de respect et de confiance en moi et en mes ressources. Et je suis fière de pouvoir vous accueillir à mon tour afin de vous accompagner dans votre quête de paix intérieure.

Je reçois des adultes, sur rendez-vous, dans mon cabinet, ou par Skype. Vous pouvez me joindre aux coordonnées suivantes:

www.amstutzmc-andc.ch amstutzmc@bluewin.ch +41 79 658 90 66 CH - 1700 Fribourg

Au plaisir de faire votre connaissance!

LA RELATION D'AIDE PAR L'APPROCHE NON DIRECTIVE CRÉATRICE (ANDCMD) DE COLETTE PORTELANCE est une démarche basée sur l'écoute, la relation, et l'accompagnement vers l'autonomie, dans un apprentissage à se connaître et à s'accepter sans jugement, une meilleure aptitude à être en relation avec soi et les autres, une capacité à trouver ses propres ressources pour résoudre ses problèmes, un enrichissement à harmoniser physique, mental, émotionnel et spirituel.