



**Henda** est assistante sociale de formation, Elle travaille dans un mouvement de jeunesse et a une longue expérience en animation ,encadrement et soutien aux personnes en difficulté,

**Yves** est technicien de métier et s'est formé à l'écoute des personnes en fin de vie. Cette expérience au chevet des mourants la convaincu de l'importance du lâcher prise sur nos histoires souffrantes et émotions enfouies . Mais si on nous apprend à prendre soin de notre corps dès l'enfance, prendre soin de notre cœur et nettoyer ses couches de tristesse colères et rancunes c'est une autre histoire...

Grâce à une rencontre avec **Olivier Clerc** traducteur des 4 accords Toltèques et initiateur des cercles de pardon, Henda et Yves ont trouvé dans cette formation d'animateur de cercles de pardon un merveilleux outil ! Enfin un espace , un rituel un encadrement bienveillant pour prendre ensemble une « Douche du cœur »

Et pour nous aider au quotidien à fluidifier nos relations et augmenter notre bonheur ils proposent également un atelier théorie et pratique basé sur les 5 accords Toltèques,