

# CONFÉRENCE - **Communication Relationnelle**



**SHERBROOKE**

**5 poisons  
et autres saboteurs  
de relations!**

**MERCREDI  
8 JANVIER '20  
18H30 - 20H30**



## **Qu'est-ce qui est toxique et nuit à nos relations?**

Il est évident pour nous, qu'une plante risque fortement de mourir si nous lui donnons du jus ou du vinaigre pour se nourrir. Il en est de même pour les relations, qui sont aussi vivantes. Nous utilisons, à notre insu, un "junk food" relationnel qui nuit à la vitalité et à la santé de nos relations.

Avec la Méthode ESPERE®, ses outils concrets et pratiques, ses repères simples, je vous propose de découvrir :

- Les 5 grands poisons relationnels et quelques saboteurs
- Leurs dynamiques et leurs impacts toxiques
- Comment les repérer et y renoncer
- Les grands bienfaits de ne plus les utiliser

Cette conférence sera animée de façon dynamique et visuelle, appuyée d'exemples. S'adresse à tous. Aucun pré-requis.



**INFO &  
INSCRIPTION**

**Josée Pepin  
819.314.7249**

[josee@universoi.ca](mailto:josee@universoi.ca)  
[www.universoi.ca](http://www.universoi.ca)



Formatrice & Coach  
Communication  
Relationnelle