CONFÉRENCE - Communication Relationnelle

SHERBROOKE

Vivre les deuils & séparations autrement !

UN SOIR/JANVIER
18H30 - 20H30

La vie...

C'est une série de naissances, de débuts...et aussi de fins, de séparations multiples, qui engendrent des pertes et appellent à vivre des deuils:

- Décès, ruptures amoureuses
- Changement école, emploi, ville
- Capacités diminuées (cognitive, physique, mentale...)
- Départ des enfants, à la retraite...
- Rêves ou projets interrompus (famille idéale, voyage,...)

Mon équilibre est rompu, je suis ébranlé-e, je perds mes repères. Je peux me sentir confus-e, démuni-e, écorché-e dans ces passages étroits de mon existence. Comment sortir du subir, de l'impuissance, du vide qui m'habitent et vivre ces deuils avec plus de vie?

Cette conférence propose de découvrir quelques démarches concrètes pour apprendre, avec bienveillance et créativité, à vivre ces pertes, sans se perdre.

Petit groupe, places limitées. Animation interactive et visuelle, appuyée de vos exemples. S'adresse à tous. Aucun pré-requis.

UNIVERSOI

INSCRIPTION
INFORMATION

Josée Pepin
819.314.7249
josee@universoi.ca
www.universoi.ca

Formatrice et Coach
Communication relationnelle