Série d'ateliers - Communication Relationnelle



Comment vivre mes relations autrement?

Vous désirez des relations plus nourrissantes?

Vous êtes peut-être rendu-e essoufflé-e, découragé-e, perdu-e? Ça ne passe plus entre vous et l'autre? Vous avez envie d'autre chose, de changement, mais ne savez pas comment?

Avec l'approche de la Méthode ESPERE®, il est possible de:

- Créer des communications plus vivantes & authentiques
- Vivre au quotidien, des relations de façon plus saines & harmonieuses.
 avec mes proches dans le vrai respect de moi ET l'autre!

Cette série d'ateliers propose de découvrir :

- Les mythes de la communication, des poisons de relations
- Des outils concrets et des balises claires de communication
- Comment prendre soin de moi dans mes relations
- Comment cultiver l'amour, l'estime et la confiance en moi

Animation interactive et visuelle, appuyée d'exemples des participant-es. S'adresse à tous. Aucun prérequis.



INFO & INSCRIPTION

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



Formatrice & Coach Communication Relationnelle