

Série d'ateliers - Communication Relationnelle



SHERBROOKE

Comment vivre mes relations autrement?

4 X MARDI
5 AU 26 NOV.19
18H-20H30

Le **1er cours** = essai **gratuit**
Puis: solo 125\$ // duo 100\$ ch
étudiant 80\$



Vous désirez des relations plus nourissantes?

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

Avec 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 (conjoint, enfants, famille, amis, collègues, employés...)
... dans le **vrai respect** de moi **ET** l'autre!

* Se inscrire avant le 3 oct 2019

Nous explorerons:

- Les mythes de la communication, des poisons et saboteurs 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

Cette série de 4 ateliers propose de découvrir et de s'initier à cette approche, pour évoluer vers plus de plaisir et de bien ÊTRE !

INFO &
INSCRIPTION

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



Formatrice & Coach

