

RSDO

ATELIER

*Activité gratuite exclusive aux membres
Inscription requise au plus tard le 9 octobre
Maximum de 25 participants*

Communiquer et s'affirmer adéquatement

**Le samedi 17 octobre
de 10 h à 16 h**

D'abord comédienne professionnelle, **Jacinthe Chaussé** a fondé la première école de cinéma au Québec. Aujourd'hui, auteure du livre *Besoin d'amour*, elle présente des conférences sur divers sujets concernant l'être humain et ses potentialités. Elle anime également des ateliers d'art-thérapie ainsi que des formations sur l'art de parler en public. De plus, formée en gestion du stress et des émotions, elle fait de la consultation individuelle depuis 25 ans. Pour plus d'informations sur ses services, veuillez visiter le site www.jacinthechausse.com.



Communiquer signifie « mettre en commun » des besoins, des ressentis ou des points de vue différents. Au cours de l'atelier, vous verrez quels sont les types d'écoute, les formulations efficaces et les règles essentielles qui permettent de bien se faire entendre. La communication positive favorise des échanges plus satisfaisants.

Affirmer c'est « exprimer fermement » ses valeurs, ses besoins ou ses limites. Lorsque vous n'osez pas le faire, vous utilisez alors des stratégies de détournement dont l'issue est généralement décevante. Il importe donc de transmettre des messages clairs et concis pour vous faire comprendre.

Endroit	Centre communautaire Gerry-Robertson 9665, boulevard Gouin Ouest Montréal, arrondissement Pierrefonds-Roxboro
----------------	---

Pour inscription ou informations supplémentaires, veuillez communiquer avec Line Ducasse à atelier@rsdo.org ou par téléphone à Info RSDO au 438-390-7736.