RSDO

SOIRÉES DISCUSSION-RÉCONFORT

Coût : 20 $
Inscription requise au moins 7 jours avant la date de l'activité
Maximum de 20 participants

Des rencontres pour mieux se comprendre et évoluer **Les jeudis dès 19 h 30**



Thérapeute chevronnée et diplômée du Centre de relation d'aide de Montréal (CRAM®) depuis 2004, **Marie-Daniel Lussier** accompagne les individus, les couples et les groupes dans leur cheminement personnel et relationnel.

Passionnée par les relations humaines et par l'authenticité des échanges, elle propose une approche fondée sur l'écoute, l'accueil des émotions, des peurs et des besoins de chacun. Pour elle, ces éléments constituent des points de départ essentiels pour favoriser l'épanouissement, tant dans la vie personnelle que professionnelle.

Convaincue que chacun et chacune possède la capacité de créer un plus grand équilibre et un mieux-être, Marie-Daniel invite les participants à apprendre à « jouer dans leur propre équipe », à se choisir avec bienveillance, à s'affirmer tout en maintenant des liens harmonieux avec les autres.

3 décembre **La puissance des émotions**
Nos émotions sont de précieuses messagères. Ensemble, nous découvrirons comment mieux comprendre leur langage, les accueillir avec douceur et reconnaître toute la richesse qu'elles apportent à notre vie.

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

Pour informations supplémentaires, veuillez communiquer avec nous par courriel à info@rsdo.org ou par téléphone au 438-390-7736.