

Il nous arrive d'avoir du mal à supporter les comportements de notre entourage, surtout quand ils ne sont pas exprimés clairement ; de faire face à l'agressivité, au rejet, à la trahison, jusqu'à nous rendre parfois malades...

Il nous arrive de dire « oui » alors que nous voudrions dire « non », de culpabiliser, de nous écraser ou d'exploser !

Autant de conflits en nous-mêmes et envers les autres.

Et si nous apprenions à identifier nos maux qui font souffrir notre corps, notre âme et nos relations ? Les « nommer », les examiner, les comprendre, les travailler...

MARIE MAQUAIRE

Consultante en communication
relationnelle, formatrice, médiatrice,
coach.

Site : www.mariemaquaire.com

Tel : 06 89 33 79 07



La session commencera

le samedi à 9h

et se terminera le dimanche à 16h

Participation financière

Hébergement : 90 €

Location des draps sur place : 6 €

Animation : 80 €

Merci de confirmer votre inscription en envoyant un chèque d'arrhes de 30 € à l'ordre de : Abbaye Notre Dame de Bonne Espérance.

QUE CULTIVONS-NOUS ?

Qu'est-ce que pardonner ? Comment dire à l'autre ce qui m'a blessé ? Y a-t-il des limites ? Peut-on rester distant tout en pardonnant ? Que faire quand l'autre ne veut pas entendre ?

Comment « mettre en mots les maux » qui rendent la vie des uns si difficile avec les autres et pour lesquels nous n'avons pas reçu d'enseignement à l'école ? C'est avec ces questions que nous essaierons d'avancer à partir des exemples concrets apportés par les participants.

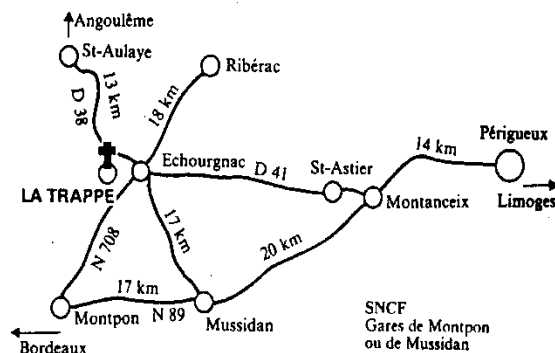
MARIE MAQUAIRE nous propose une formation qui fait bouger nos habitudes avec des outils concrets pour communiquer et avoir une relation saine et constructive dans nos rapports à nous-mêmes et aux autres.

Pour vous inscrire :

Email : retraitants@abbaye-echourgnac.org

Tel : 05-53-80-82-59 (entre 9h00 et 12h00 ou 14h30 et 17h30)

Pour arriver chez nous :



Aéroport : Mérignac à 100 km.

Axes routiers : Bordeaux-Périgueux A 89 sortie 12;

puis Montpon-Ribérac RN 708

GPS : indiquer « Biscaye », « La Trappe » ou « Echourgnac »,

à partir du village l'Abbaye est fléchée

<http://www.abbaye-echourgnac.org>



Abbaye Notre Dame de Bonne Espérance

24410 ECHOURGNAC

Avancer concrètement sur les chemins du pardon et mettre des mots sur nos maux



Journées animées par

MARIE MAQUAIRE

Du samedi 13 octobre 2018 à 9h (il est possible d'arriver le vendredi 12)

au dimanche 14 octobre à 16h