

# PAROLES D'HOMMES

## *Osez se dire au masculin*

### Quoi :

Un groupe entre hommes pour partager et échanger sur ce que nous vivons dans nos relations, en couple, avec nos parents, nos enfants, au travail, avec nous-même. Pour **améliorer nos relations**, pour gérer nos émotions, pour dépasser nos peurs et aller vers nos désirs, pour renforcer notre estime de soi, pour grandir.

### Comment :

Dans un cadre de confidentialité, de respect et de bienveillance. En se laissant du temps pour écouter nos émotions, nos ressentis. En **apprenant à communiquer** de manière vivante, saine et en énergie. En cherchant à sortir des rapports dominant-dominé qui régissent l'essentiel de nos relations.

Pour **être enfin un bon compagnon pour soi-même**. Pour clore les situations inachevées, sources de blessures et d'une vie douloureuse au présent.

Avec une alternance de situations vécues apportées par chacun en liberté et sans tabou, et d'**apports théoriques** autour de la Méthode ESPERE® de Jacques Salomé.

### Quand :

le 2<sup>ème</sup> jeudi du mois de 19h30 à 21h30.

### Où :

à l'Atelier Relationnel, 28 rue d'Angleterre 45000 Orléans

**Participation** : 20 euros par soirée avec un engagement sur 5 séances, pris après la première

### Renseignements et inscription :

Jean-Jacques Weyer - Consultant/formateur - 06 16 67 41 79 - [jj.weyer@2jconseil.fr](mailto:jj.weyer@2jconseil.fr)