



# Vivre $\approx$ O $\approx$ trement

Accompagnement PNL Relation d'aide et coaching de vie



« La rencontre de soi passe par la rencontre avec l'autre. » J. Salomé

Un moment de partage et d'échanges pour plus de sérénité...

## Groupe de parole : « Le couple, l'amour et moi » Passer du conflit à l'épanouissement



- Qu'est-ce qu'un couple ?
- Comment communiquer autrement dans son couple ?
- Repérer les pièges et aller vers une relation épanouissante
- Trouver des clefs pour rester soi dans son couple.

Objectif : A travers les échanges et l'exposé de cas pratiques, vous pourrez expérimenter des techniques concrètes à utiliser au quotidien. Ce sera aussi l'occasion de trouver ensemble des pistes pour créer une vie de couple plus harmonieuse et apaisée.



**Samedi 23 avril 2022 de 15h00 à 17h30**

Sepenya Rousselot

Psychopraticienne, coach de vie

06 15 45 67 25

[vivreotrement.91@gmail.com](mailto:vivreotrement.91@gmail.com)

Tarif : 35 € par personne /atelier

Durée : 2 h30

Lieu : Ecole Irène Joliot –Curie Crosne

[www.vivreotrement91.eu](http://www.vivreotrement91.eu)