

À LA RENCONTRE DE SOI et des autres

Groupe de parole et d'expérimentation

Animé par Capucine Renard

Ce cercle de parole et d'expérimentation s'adresse à des personnes désireuses d'un temps d'exploration pour elles, au contact des autres. Dans un cadre de **confidentialité** et de **liberté**, assuré par une Gestalt-thérapeute, ces rencontres permettent **expression** et **échange**, dans un esprit de **respect mutuel**, de bienveillance et de créativité.

Encourager la reconnexion avec ses propres **émotions** et son **corps**, oser parler à cœur ouvert, révéler sa sensibilité, accepter sa complexité, expérimenter de **nouvelles formes** de relation, prendre le risque de sa vulnérabilité comme de sa pleine puissance... pour **s'ouvrir** à un regard nouveau sur nous-même et sur nos relations.

S'écouter, se soutenir, faire don de sa présence... pour apprendre ou réapprendre à **se réunir**, au-delà de nos différences.



Capucine Renard (gestalt-praticienne et professeur de yoga) accompagne en psychothérapie individuelle adultes, enfants et ados, ainsi que des couples. Son approche thérapeutique est teintée de créativité et de travail corporel.

À SUCY-EN-BRIE
dans une salle claire
et spacieuse au cœur
de la nature.

1 SAMEDI PAR
MOIS

de 15h à 18h30

17 sept • 15 oct •

19 nov • 10 dec 2022

7 janv • 4 fév •

11 mars • 15 avril •

13 mai • 17 juin 2023

40€ la séance

CONTACT ET
INSCRIPTIONS

capucinerenard@

free.fr

09 52 19 27 61

Groupe limité à 8



SAULE RIEUR