

# 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.

À SUCY-EN-BRIE  
130 rue de Boissy

1 SAMEDI PAR  
MOIS

de 15h à 18h30

14 sept • 12 oct •

16 nov • 8 dec 2024

18 janv • 8 fév •

15 mars • 5 avril •

17 mai • 14 juin 2025

Les regroupements de décembre, mars et juin se tiendront sur une journée complète de 10h30 à 18h30, avec participation financière double

Groupe limité à 9  
Engagement sur la durée.  
Donation conseillée :  
**50 à 90 €** la séance

CONTACT ET  
INSCRIPTIONS

capucinerenard@free.fr  
09 52 19 27 61

SAULE RIEUR



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

