



Vivre $\approx$ O $\approx$ autrement

Accompagnement PNL Relation d'aide et coaching de vie



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

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



- œ Qu'est-ce qu'un couple ?
- œ Comment communiquer autrement dans son couple ?
- œ Repérer les pièges et aller vers une relation épanouissante
- œ 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.



Sepenya Rousselot
Psychopraticienne, coach de vie

06 15 45 67 25

vivreautrement.91@gmail.com

Tarif : 35 € par personne /atelier

Durée : 2 h30

Lieu : Ecole Irène Joliot –Curie Crosne

www.vivreautrement91.eu