

# Clarifier

Tout au long de notre vie, nous sommes confrontés à nos relations qui tissent notre existence : relation à soi-même, relations avec nos parents, nos enfants, nos conjoints, nos relations sociales et professionnelles.

Nous pouvons constater parfois douloureusement, combien nous maltraitons ceux qui nous sont les plus proches, et combien nos relations peuvent être polluées, par des agrégats et des scories du passé et du présent.

Nous pouvons alors prendre conscience, que nous sommes de véritables handicapés du relationnel, et au-delà de cette prise de conscience, nous responsabiliser et nous donner les moyens d'apprendre à communiquer, à partir de quelques outils et quelques règles d'hygiène relationnelle.

Ce n'est pas tant ce qui nous arrive qui est important, c'est ce que nous en faisons, et notre capacité à nous définir, face à l'évènement.

Isabelle Thurel, formatrice en Méthode ESPERE® montrera des chemins possibles pour clarifier nos relations, apprendre à les dépolluer, à les nourrir, à les vivifier, en un mot à les épanouir, pour engendrer une qualité, et tendre vers une écologie relationnel.

Le travail s'appuiera aussi sur des démarches symboliques, et les situations concrètes de chaque participant seront le terreau pour la mise en pratique.

# ses relations essentielles

Il nous permettra de sortir de la victimisation, pour aller vers la responsabilisation de ses besoins relationnels et commencer à prendre soin de soi, à trouver ou retrouver une confiance en soi, et par là même, une estime de soi. Pour peut-être ainsi, s'offrir une relation de tendresse, et la partager vers autrui.

Ce stage s'adresse à toute personne qui souhaite donner plus de vivance, d'attention, de valeur et de respect à elle-même et à ceux qui les entourent.

*Lectures conseillées de Jacques Salomé et site: ([www.j-salome.com](http://www.j-salome.com))*

*Éd. Albin Michel: "La ferveur de vivre".  
Ed. de l'Homme: "Un zeste d'éternité".  
Ed Pocket : Le courage d'être soi*

## Formation

Assurée par **Isabelle THUREL**,  
Formatrice et consultante en relations humaines  
Praticienne en Communication Relationnelle Méthode ESPERE®,  
Membre de l'Institut ESPERE International ([www.institut-espere.com](http://www.institut-espere.com)).

Intervenante pour le Centre ESPERANCES et BIENVEILLANCE

<http://www.esperancesetbienveillance.com>

## Modalités pratiques

**Lieu** : Il sera confirmé à l'inscription.

**Prix** : 130 €. Acompte à verser lors de l'inscription : 42 €

Les inscriptions sont à adresser par courrier à :

"ESPERANCES et BIENVEILLANCE" \*

191 Chemin des Gayets- 84 220 Goult

e-mail : [esperancesetbienveillance2@orange.fr](mailto:esperancesetbienveillance2@orange.fr)

Le tarif indiqué correspond à un engagement pris à titre individuel.

Les inscriptions sont effectives lorsqu'elles sont accompagnées du règlement de l'acompte indiqué. Le règlement du solde de la participation sera demandé lors de l'atelier. Un fractionnement des encaissements peut être possible sur demande par mail. Les désistements doivent parvenir à l'adresse ci-dessus 15 jours au moins avant la date de l'atelier. Au-delà de ce délai, quel que soit le motif de l'absence, la somme sera conservée ou reportée sur une inscription ultérieure.

### BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

..... Tél. : .....

e-mail.....

- Je m'inscris à l'atelier du .....  
Et je verse un acompte de 42 euros à l'ordre d'Esperances et Bienveillance
- Je ne suis pas disponible à cette date mais je suis intéressé(e)  
et désire recevoir le programme des ateliers futurs.

\* Association Loi 1901 sans but lucratif, sans aucune obédience religieuse et politique.  
Avec pour objectif de promouvoir la communication relationnelle entre les personnes.

## A Poitiers (86)

Atelier de Communication Relationnelle

## Méthode ESPERE<sup>®</sup> de Jacques Salomé

(Energie Spécifique Pour Une Ecologie Relationnelle Energétigène)

### Clarifier ses relations essentielles

Samedi 14 octobre 2017 (14 h 00 -18 h 30)

Et dimanche 15 octobre 2017 (9 h 00 -16 h 30)

Animé par **Isabelle Thurel**,  
Formatrice en relations humaines

Information : Estelle Poirault : [estelle.poirault@orange.fr](mailto:estelle.poirault@orange.fr)

Tél: 06 77 85 57 59 ou ESPERANCES et BIENVEILLANCE

[isabelle.thurel3@free.fr](mailto:isabelle.thurel3@free.fr) tél : 06 08 45 10 19

