



CONFÉRENCE ATELIER

Mieux se connaître et mieux-vivre avec la Gestalt-thérapie

mercredi 26 octobre 2016

20 h - à ALBI

La Gestalt-thérapie est une thérapie humaniste. Elle vise à nous libérer de nos blocages et à nous ouvrir à de nouveaux projets. Elle offre la possibilité de déployer nos capacités relationnelles et de (re)donner du sens à notre vie.

Pour découvrir la Gestalt, nous vous proposons une conférence interactive : alternance d'exposés (éléments historiques et théoriques) et d'ateliers pour expérimenter notre manière d'être-au-monde, prendre conscience de nos besoins et de nos désirs, de nos manques et de nos ressources, de notre capacité à rencontrer l'autre dans notre environnement personnel, familial, professionnel, social...

La Gestalt-thérapie propose un espace d'accompagnement thérapeutique chaleureux centré sur l'expérience que vit chaque personne. Dans cette perspective, chacun peut ainsi poursuivre son développement tout au long de sa vie pour un mieux-être personnel et un mieux-vivre social.

ENTREE LIBRE dans la limite des places disponibles

Maison de quartier du Marranel, 1 rue Alain Colas

Conférence organisée par l'association Réseau Psy

www.reseau-psy-tarn.fr