



LES ATELIERS SUR LES HISTOIRES DE VIE

DURÉE :
5 ateliers de 3 h

FORMATRICES : certifiées du
Modèle Intégratif-Intervention

**POUR DE PLUS AMPLES
INFORMATIONS :**
www.modeleintegratif.com

INSCRIPTION ateliers ZOOM
Annie Plamondon
plamondon.annie@hotmail.com
cell : 418-952-7425

Gaspésie : Paulette Moulin
pmoulin2015@gmail.com
cell. : 418 360-6627

**La documentation
vous parviendra par courriel.**

Groupes entre 8 et 15 personnes

Notre histoire, notre trajectoire...

Dates à venir

POURQUOI S'INSCRIRE ?

Comprendre et soigner notre passé pour mieux vivre notre présent et orienter notre avenir dans le sens d'une évolution.

S'offrir un temps pour se déposer et découvrir les apprentissages de nos histoires de vie.

Avoir l'opportunité de développer de réelles solidarités humaines par le partage de nos expériences.

C'EST QUOI ?

Une série de cinq rencontres basées sur l'approche transgénérationnelle du Modèle intégratif de Doris Langlois. L'Approche se fonde sur l'idée que de notre passé, subsiste un héritage qui continue de vivre en nous et que nous allons retransmettre souvent inconsciemment. Le modèle aide à développer une plus grande conscience des héritages qui nous ont été transmis et ouvre à la possibilité de faire des choix pour notre mieux-être et celui de ceux et celles qui partagent nos vies.

À partir des outils proposés, vous serez invités à faire un retour sur votre histoire et à en dégager le sens.

Le déroulement de l'atelier : un exposé de contenu, un exercice d'auto-réflexion et un partage.

Ces rencontres se veulent significatives, légères et agréables. Elles visent le partage d'expérience dans le respect et la confiance. Elle ouvre l'accès à des outils efficaces pour mieux poursuivre nos vies.

Exemple d'outils qui seront utilisés :

- Le génogramme
- La trajectoire de vie
- L'inventaire de notre bagage
- Les Ressources internes et les ressources externes (RIRE)
- Le point de choix

Au bonheur de partager avec vous ces précieux moments, votre équipe de formation :

Paulette Moulin B.S.S. et Rebecca Wigfield, T.S.

Annie Plamondon T.S. et psychothérapeute

ENSEMBLE

pour prendre soin de nos vies