

Conférence interactive

Je me libère des relations toxiques

21 janvier 2020 – 19h – Maison de l'écologie

(Rue Basse-Marcelle 26 - 5000 Namur)



Quels rôles jouons-nous ? Et si ces rôles avaient une influence sur mon interlocuteur ? Comment réagir face à une personne qui se plaint constamment ? Comment éviter de jouer les sauveurs ? Comment déjouer les manipulateurs ?

Au cours de cette conférence, les participants prendront conscience de nos rôles principaux, de comment s'alimentent les relations toxiques et surtout de comment s'en libérer!

Ainsi, chacun pourra apprendre à agir consciemment et librement afin d'être plus en harmonie dans la relation avec nous-même et les autres.

PAF : 8€ - inscription au 0498 226 339

Pascale Crustin est Diplômée en Relations internationales et en Administration publique. Elle est également coach certifiée ICF et formée notamment, à l'Ennéagramme, le quick REMAP, le Référentiel de Naissance®, autant de clés pour vivre sa vie en conscience.

Elle est **formatrice** dans le domaine de la communication interpersonnelle et accompagne les entreprises et les particuliers dans la gestion des changements comme révélateurs de potentiels. Ses thèmes de prédilection sont la gestion du stress, le pré et post burn-out, les personnes HP.



www.samadhicoaching.com



<https://www.facebook.com/samadhicoaching>