

Centre CDPEC

PROGRAMMATION AUTOMNE / HIVER



602, rue Racine Est
Chicoutimi (Québec)
G7H 1V1

POUR INSCRIPTION OU INFORMATION

Site internet : www.cdpec02.ca

ou

Facebook : Centre CDPEC

ou

Ou 418-545-0886 poste 101 ou 104

Rejoignez-nous sur
Facebook

LE SCCI ET LE CDPEC
sont membres associés à :



OCTOBRE 2019 :

Jeudi, 31 octobre 2019 - 13h30 à 15h30

- Les monstres dans notre cale.

Animatrice : Denise Laforte

Objectif : Prendre conscience des souffrances à la source de nos mécanismes de défense.

NOVEMBRE 2019 :

Jeudi, 14 novembre 2019 - 13h30 à 15h30

- Le chant des sirènes.

Animateur : Michel Desbiens

Objectif : Parcourir le monde des addictions, de leur impacts et de nos issues de secours.

Mercredi, 27 novembre 2019 - 18h à 21h

- Notre cartographie conjugale

Animateur : Michel Desbiens

Objectif : S'approprier les trois sphères de la vie de couple pour en dégager nos forces et nos limites.

Jeudi, 28 novembre 2019 - 13h30 à 15h30

- Quand le mal de mer t'attrape

Animatrice : Denise Laforte

Objectif : Sillonner les eaux troubles de nos malaises émotionnels pour les apaiser

DÉCEMBRE 2019 :

Journée de ressourcement sous le thème :

- Levons l'ancre, larguons les amarres ...

Le 5 décembre 2019 - 10 h à 15 h 30
(15 personnes maximum—Inscription obligatoire)
(Apportez votre dîner)

Animateur : Michel Desbiens

Objectif : Favoriser le partage autour de nos appels intérieurs à oser l'aventure...

Jeudi, 12 décembre 2019 - 13h30 à 16h00

- L'escale

Animatrice : Denise Laforte

Objectif : Réaliser le bilan de notre année afin d'aborder la prochaine odyssée (2020) avec enthousiasme

Mercredi, 18 décembre 2019 - 18h à 21h

- Pour ramer dans le même sens

Animatrice : Denise Laforte

Objectif : Développer nos habiletés à jouer en équipe, dans les beaux moments comme dans les plus tendus.

JANVIER 2020 :

Jeudi, 16 janvier 2020 - 13h30 à 15h30

- Entrons la destination de notre prochaine odyssée.

Animatrice : Dominique Renaud

Objectif : Tracer de façon inusitée les voies que nous souhaitons explorer pour notre prochaine année.

Mercredi, 22 janvier 2020 - 18h à 21h

- Et si on ajustait nos boussoles ?

Animatrice : Dominique Renaud

Objectif : Apprendre à s'ajuster l'un à l'autre dans le respect des priorités de chacun.

Jeudi, 30 janvier 2020 - 13h30 à 15h30

- Profitons du voyage ...

Animatrice : Denise Laforte

Objectif : Saisir les mouvements de la vie qui s'ouvrent sur notre parcours.

FÉVRIER 2020 :

Jeudi, 13 février 2020 - 13h30 à 15h30

- Contre vents et marées ...

Animateur : Michel Desbiens

Objectif : Effectuer un tour d'horizon de l'actualité, afin d'observer les valeurs de fond qui nous animent

Mercredi, 19 février 2020 - 18h à 21h

- Sortir de la brume (partie 1)

Animatrice : Denise Laforte

Découvrir la communication de couple en utilisant nos six sens.

Jeudi, 27 février 2020 - 13h30 à 15h30

- Iceberg droit devant ...

Animatrice : Dominique Renaud

Objectif : Observer nos réactions devant les tempêtes de la vie et explorer d'autres façons de les traverser.

MARS 2020 :

Jeudi, 12 mars 2020 - 13h30 à 15h30

- Qui mène la barque ?

Animatrice : Dominique Renaud

Objectif : S'interroger sur qui est aux commandes de notre bateau ... la vigie, le pilote automatique ou le capitaine ?

Mercredi, 18 mars 2020 - 18h à 21h

- Sortir de la brume- L'éclaircie (partie 2)

Animatrice : Denise Laforte

Comment développer nos habiletés à être entendu par l'autre.

Jeudi, 26 mars 2020 - 13h30 à 15h30

- L'île au trésors

Animatrice : Dominique Renaud

Objectif : Découvrir une coexistence harmonieuse entre l'Égo et l'Être.

AVRIL 2020 :

Jeudi, 9 avril 2020 - 13h30 à 15h30

- Attaque de pirates ou mutinerie ?

Animatrice : Denise Laforte

Objectif : Reconnaître nos mécanismes d'auto sabotage et identifier nos ressources pour s'en libérer.

Jeudi, 23 avril 2020 - 13h30 à 15h30

- La découverte d'un nouveau monde

Animatrice : Denise Laforte

Objectif : Et si ce nouveau monde existait déjà en nous? Exploitions nos trésors cachés.

LES CHRYSALIDES

- Groupe de codéveloppement

Personne ressource : Dominique Renaud

Pour de l'information, communiquez avec Mme Renaud au 418-545-0886 poste 106. Places limitées.

ACTIVITÉ-BÉNÉFICE

- Notre prochaine activité-bénéfice aura lieu en 2020.

Pour les détails, visitez régulièrement notre page Facebook et notre site internet ou inscrivez-vous à notre infolettre afin de ne rien manquer de nos nouvelles et événements.