

## LE CERCLE DE PAROLES

A travers l'écoute, la vie nous offre une multitude d'options à nos impasses et de réponses à nos blocages.

**ANIMATION :** Pascale Soria et/ou Jacques Boislève

Inspiré de Carl Rogers et de la tradition amérindienne, le cercle de paroles est un espace de communication authentique et sincère, dans le respect et la confidentialité. Sa pratique développe et nourrit des qualités d'écoute et d'affirmation. Dans ce cadre privilégié, la rencontre des différentes visions enrichit chacun et suscite le respect de la différence.

Le cercle de paroles favorise l'exercice d'une dimension humaniste par l'appréciation inconditionnelle et l'empathie pour l'autre et pour soi-même.

Les thèmes proposés par l'animateur ou les participants sont libres. Il peut s'agir de partage de faits, d'idées, de sentiments, de croyances...

Le cadre est régulé par le « gardien de la parole », garant du bon déroulement du cercle.

**Dates :** les mardi 25 septembre, 9 octobre, 23 octobre, 13 novembre, 27 novembre et 11 décembre à 18h30 (durée 1 heure).

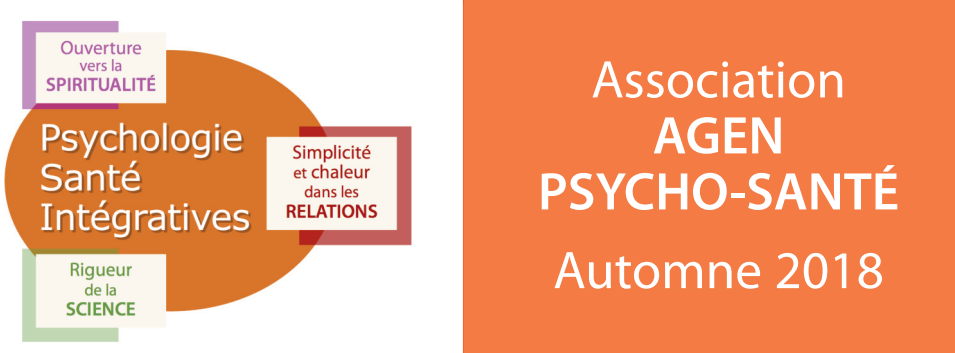
## CÔTÉ PRATIQUE...

Adhésion	jusqu'au 31/12/2018	10 €
----------	---------------------	------

SÉANCE	DURÉE	NON ADHÉRENTS	ADHÉRENTS
Soirée à thème	1h30	10 €	7 €
Cercle de paroles	1h	10 €	particip. libre
Psycho-énergétique	1h	10 €	7 €
Atelier d'écriture	1h30	15 €	10 €

Renseignements : 06 80 32 78 30 ou [info@psycho-sante.fr](mailto:info@psycho-sante.fr)  
Réservations directement en ligne sur [www.psycho-sante.fr](http://www.psycho-sante.fr)

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



Association  
**AGEN**  
**PSYCHO-SANTÉ**  
Automne 2018

[www.psycho-sante.fr](http://www.psycho-sante.fr)

L'association **Agen Psycho-Santé** propose depuis 2014 diverses activités (cafés psycho-santé, conférences, ateliers pratiques) dans l'objectif d'informer et de faire découvrir la **psychologie et la santé** avec un point de vue **intégratif**, qui associe la psychologie et la santé, et qui n'oppose pas la médecine conventionnelle aux approches alternatives et complémentaires.

## PORTES OUVERTES

**lundi 10 et vendredi 14 septembre 2018**  
**18h30-20h30**

Venez nous rencontrer, autour d'un verre...  
Nous pourrions échanger au sujet de nos activités.

Vers 19h00, nous ferons une présentation de toutes nos activités : ateliers, conférences, cercle de paroles, et aussi consultations individuelles et formations.

## ESPACE PSYCHO-SANTÉ

Résidence Floréal - 141 avenue Jean-Jaurès - AGEN  
Tél. 06 80 32 78 30 - [info@psycho-sante.fr](mailto:info@psycho-sante.fr)

## SOIRÉES A THÈME PSYCHO-SANTÉ

### L'AVENIR PEUT-IL ÊTRE CONNU ?

**Astrologie, numérologie, voyance... sciences injustement négligées ou charlatanisme ?**

Les oracles ont existé dans de nombreuses civilisations. Ils entraient alors dans la cohérence de la croyance culturelle de l'époque. Aujourd'hui, les pratiques prédictives s'exercent en marge de la science qui les condamne, alors que de nombreuses personnes pensent que cela est fondé et utile, et y ont recours. Qui se trompe ? Une prédiction d'avenir est-elle utile ? Peut-elle être dangereuse ?

**Animation :** Jacques Boislève **Date :** mardi 18 septembre à 18h30

### DES MAUX ET DES MOTS

**Notre psychisme peut-il rendre notre corps malade, et inversement ?**

La psychosomatique, qui étudie l'influence psychisme/corps, est née il y a environ un siècle.

Elle divise la communauté thérapeutique entre une science rationnelle qui la rejette et de multiples approches qui l'observent et la théorisent. Qu'est-ce qui est vrai et qu'est-ce qui ne l'est pas ?

Quel sens donner à nos maux ?

**Animation :** Pascale Soria **Date :** mardi 16 octobre à 18h30

## PRATIQUE PSYCHO-ÉNERGÉTIQUE

**Faire rentrer dans son quotidien des pratiques psycho-énergétiques pour acquérir des moyens autonomes de régulation émotionnelle.**

**ANIMATION :** Anne-Claire Sanchez-Calzadilla - Tél. 06 72 33 05 81

Ces ateliers d'une heure se composent en deux étapes : la première demi-heure est consacrée à de la détente-relaxation avec des approches diverses, la seconde nous permettra d'apprendre à utiliser dans notre quotidien des techniques psycho-énergétiques comme l'EFT pour gérer nos émotions, nos pensées envahissantes et ce qui nous « dérange » dans la vie de tous les jours.

**Dates :** les mardis 2 octobre, 6 novembre et 4 décembre : 18h30-19h30

## SOIRÉES A THÈME PSYCHO-SANTÉ

### ALIMENTATION-SANTÉ, ENTRE NATURE ET CULTURE ?

**Nos besoins naturels peuvent-ils s'accorder au monde moderne ?**

L'évolution rapide de l'agriculture a conduit à une proposition alimentaire très éloignée de nos besoins naturels, et qui est clairement mise en cause dans l'émergence des maladies dites "de civilisation".

Doit-on pour autant revenir à un régime ancestral, peu compatible avec l'évolution culturelle ? Entre nature et culture, comment trouver le juste chemin d'une alimentation favorable à la santé tout en vivant pleinement dans le monde et ses progrès ?

**Animation :** Jacques Boislève **Date :** mardi 20 novembre à 18h30

### PSYCHOLOGIE POSITIVE ET DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

**Avancées pertinentes et dérives sur le chemin du bien-être**

La psychologie, depuis ses origines, s'intéresse au mal-être et aux moyens de le résoudre. Le bien-être est alors devenu le domaine du développement personnel, avec de multiples dérives.

La psychologie positive, apparue récemment, s'intéresse au bien être et aux moyens qui permettent de l'atteindre, en s'appuyant sur des évaluations universitaires. Psychologie positive et développement personnel, qu'est-ce qui les différencie ?

**Animation :** Pascale Soria **Date :** mardi 18 décembre à 18h30

## ATELIERS D'ÉCRITURE

**L'écriture spontanée guidée révèle une part inconnue de nous-même. Nous pouvons ainsi découvrir notre créativité, notre humour, et explorer quelques espaces de notre profondeur.**

**ANIMATION :** Jacques Boislève - Tél. 06 62 58 11 52

Pendant environ 1h30, plusieurs pratiques d'écritures sont proposées. Il suffit de se laisser guider, de se laisser surprendre, et de jouer le jeu. C'est un jeu ! Être doué ou pas pour écrire ne change rien à l'intérêt de ces ateliers. Espace de détente pour l'esprit, d'intimité avec soi et de convivialité avec les autres. Rires et émotions se côtoient et se respectent.

**Dates :** les jeudis 11 octobre et 6 décembre : 18h30-20h00