

Vieillir le cœur en paix... Sentir la joie d'être vivant!

Bien vieillir, ce n'est pas seulement faire de l'exercice, occuper son temps et se divertir. C'est aussi être capable

- d'assumer ses pertes
 - d'appivoiser sa mort
 - de faire le bilan de sa vie
 - de découvrir en soi ce qui ne vieillit pas
 - de quitter la logique du *faire* et de l'*avoir* pour l'*être*
- et ainsi de trouver la *paix* et la *joie* qui émergent de l'intérieur.

ATELIER DE 2 JOURS INTENSIFS

Samedi et dimanche

16 et 17 mars / 20 et 21 avril / 25 et 26 mai 2013

560, chemin Sainte-Foy, Québec

INFORMATION ET RÉSERVATION

SUZANNE BERNARD, PH.D.

Thérapeute du deuil et des autres pertes émotives

418 681-1859

www.suzannebernard.ca

