

## Synopsis :

Une vie affective, relationnelle et sexuelle constitue un facteur important d'épanouissement et d'équilibre pour chacun. Tout être humain entre en relation, aime et désire. Cela peut amener des interrogations, des peurs, des craintes, notamment lorsque l'on n'en discute pas. Qui suis-je ? D'où je viens ? Comment je suis en lien avec les autres ? L'entrée dans l'âge adulte demande parfois de prendre un temps pour relire son histoire, repérer ce qui a pu faire difficultés, blessures mais aussi mes forces, mes valeurs, mon identité. Tout cela me permet de répondre à des questions telles que comment prendre une décision, comment vivre ma sexualité...

Toutes ces sujets sont abordés avec les étudiants soit lors de soirée soit lors de we ..... Ce parcours interactif basé sur des apports théoriques et exercices personnels en groupe avec des supports ludiques permette de découvrir l'amour, exercer sa liberté intérieure et mieux se connaître.

## Informations pratiques :

### Taille du groupe :

6 à 15 jeunes

### Type de public :

Etudiants,

### Intervenants ;

Bérengère de Charentenay

Conseillère conjugale et familiale

Membre du Cabinet Raphaël

Possibilité d'avoir 2 intervenants pour un travail plus approfondi.

### Contact :

06.20.37.16.35

### Coût :

600 euros + frais de déplacement

### Durée :

6 séances de 1h30 ou 1 WE

### Forme :

Parcours interactif

## Témoignages :

Un certain recul par rapport à ma manière d'appréhender les personnes.

Eclairage sur la tendresse et l'amitié.

J'ai aimé la méthode participative.

La beauté, la profondeur, la simplicité, la vérité de nos échanges. Sans être intrusif, on a pu faire part aux autres de question profonde que l'on portait.

Assumer les conflits. Expérience de l'altérité.

Repérer mes fragilités et les accepter.

Le désir de prendre ma place. Cette session m'apporte une assurance et une confiance.

Je me suis apaisé par rapport à mon histoire familiale.

J'ai envie de développer de beaux liens d'amitié.

Je repars avec des pistes pour discerner mon engagement.

Apprendre à m'aimer toujours plus.

Être attentif aux relations toxiques.