

Retournez le
coupon-réponse
avec votre
paiement à :



Santé mentale

209, rue des Érables

Weedon, QC, J0B 3J0

Téléphone : (819) 877-2674

Sans frais : 1-800-449-2674

Télécopie : (819) 877-5111

Messagerie : viragesm@abacom.com

www.viragesantementale.org


VIRAGE Santé mentale est un
organisme communautaire sans but lucratif
ayant à cœur le bien-être émotif de la
personne.

Notre mission

- Promouvoir la santé mentale,
- Démystifier la maladie mentale,
- Prévenir des problèmes de santé mentale,
- Offrir du soutien aux personnes en besoin.

Nous trouvons à Virage Santé mentale

un accueil chaleureux, une écoute attentive et
sans jugement, le support nécessaire pour
repandre notre vie en main, des activités
d'information, de formation et de soutien,
un appartement supervisé, un milieu de jour,
un groupe pour les entendeurs de voix,
un plateau de travail.

VIRAGE SANTÉ MENTALE

209, RUE DES ÉRABLES, WEEDON, QC, J0B 3J0
(819) 877-2674 | 1-800-449-2674

37, RUE ANGUS NORD, EAST ANGUS, QC, J0B 1R0
(819) 832-4404 | 1-866-832-4404

viragesm@abacom.com
www.viragesantementale.org


VIRAGE SANTÉ MENTALE
Ressource alternative en santé mentale

JOURNÉE DE FORMATION AVEC SIMON POULIN



FORMATEUR | CONFÉRENCIER
COMMUNICATION PLEINE CONSCIENCE

Le mercredi 10 octobre 2018

À l' Hôtel Le Président
3535, rue King Ouest
Sherbrooke, QC, J1L 1P8

De 8h30 à 16 h

Votre santé mentale nous tient à

Vivre l'instant présent... cet instant conscience

L'expression « instant présent » est très répandue dans la littérature actuelle. Mais si entrer dans le moment présent était si aisé, tout le monde vivrait dans ce fameux moment « zen » ! Mais il n'en est rien. Très peu de gens comprennent l'implication de vivre dans cette posture. Il s'agit donc de découvrir pourquoi il est si facile de quitter le moment présent, mais surtout, il offre l'occasion de pratiquer ce geste extraordinaire, transformateur, de vivre et d'être cet « instant présent », un instant de fraîcheur, un instant propre à l'Être...

Retrouver un nouvel élan (en sortant du triangle de la souffrance)

Nous avons très souvent le désir de « passer à autre chose », de changer, de trouver un nouvel élan de vie ! Mais l'évidence nous rattrape : nous sommes prisonniers de certains patterns ou conditionnements, de certains héritages sociaux qui nous enchaînent alors que nous rêvons de liberté. Il est impératif de comprendre comment nous nous enchaînons nous-mêmes et, également, comment favoriser un nouvel élan de vie et ainsi nous libérer. Rompre avec le passé et les pensées récurrentes négatives est possible, concrètement, en apprenant un geste libérateur au niveau de la conscience, car la conscience vit dans le présent, l'action juste, éveillée, créatrice. Vivre en conscience, c'est savoir se renouveler.

Simon Poulin
Formateur | conférencier
Communication Plaine Conscience

Depuis 2013, Simon Poulin offre des formations et des conférences en Communication Plaine Conscience.



Les formations ont pour but de développer le mieux-être intérieur en se libérant des nombreux pièges au niveau psycho-affectif.

De 2011 à 2016, il a suivi des ateliers en développement personnel auprès de David Ciussi, chargé de cours à la retraite en psychologie de l'Université de Nice-Antipolis, en France. Parallèlement, il a poursuivi une formation de 10 ans (2006-2016) du nom de Conscience et sagesse de la communication (C.S.C.) auprès du même formateur, laquelle est le point d'ancrage pour sa propre approche aujourd'hui.

Simon Poulin enseigne depuis 25 ans au Cégep Beauce-Appalaches en Arts, Lettres et Communications.

Il a une formation en Étude littéraires (baccalauréat) et en Création littéraire (maîtrise) en plus d'avoir travaillé et étudié en Arts et Technologie des médias. Il a écrit et mis en scène 9 pièces de théâtre pour le compte du cégep.



Bulletin d'inscription

- Produire un coupon-réponse par inscription
- Aucune inscription par téléphone ne sera retenue
- Libeller le chèque à l'ordre de :

Virage Santé mentale

Prénom et nom : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code Postal : _____

Téléphone : _____

Télécopieur : _____

Courriel : _____

Profession : _____

Tarif : 125 \$ incluant le dîner

Reçu désiré ? Oui Non

Si oui : à mon nom au nom de mon employeur

Nom et adresse de votre employeur :

