



**Association**

**Vivre Son Deuil Suisse**

**Séminaire du mercredi 15 mars 2023**

**« LÂCHER PRISE, PAS SI FACILE ! »**

**animé par**

**Monsieur Gilles DESLAURIERS,  
psychothérapeute, psychoéducateur,  
consultant en pertes, changements et transition**

## LÂCHER PRISE, PAS SI FACILE !

---

Lâcher prise : Mot à la mode, parfois passe-partout, synonyme de libération et de mieux-être.

Lâcher prise, contrairement à la croyance populaire, n'est pas un mot magique mais s'insère dans un long processus de transformation.

Lâcher prise : À quoi ? Pourquoi ? Comment ?

Sans présenter de recettes, cet échange permettra une meilleure compréhension des enjeux entre l'inconnu, nos peurs, nos besoins et nos ressources.

Cette transformation est souvent déclenchée par un évènement bouleversant et parfois inattendu, mais qui peut nous ouvrir un portail de découvertes et de créations.

**LIEU** : Hôtel de La Couronne  
Rue Centrale 20  
1580 Avenches

**PRIX** : **Fr. 150.-**

**HORAIRE** : 09h00-12h00 / 13h30-16h30

Repas de midi libre (non compris dans le prix) avec possibilité de pique-niquer.

**La totalité du cours doit être réglée avant le début du séminaire ou le jour-même sur place.**

***Délai d'inscription : le 6 mars 2023***

***Le cours est dû dans sa totalité si désistement après le 6 mars 2023.***

Les personnes qui auront suivi cette journée et participé activement au séminaire recevront une attestation de l'AVSDS, signée par Gilles DESLAURIERS.

**Renseignements** :

**Association Vivre Son Deuil Suisse**

Rue du Lavoir 8

1580 Avenches

Tél. : 079/815.99.80

[info@vivresondeuil-suisse.ch](mailto:info@vivresondeuil-suisse.ch)