

Mieux vivre sa solitude

PAR MME ROLANDE CHAINEY

Samedi le 24 janvier à 10h

À LA BIBLIOTHÈQUE DE ROUGEMONT
839 PRINCIPALE

Un nombre croissant d'individus sont confrontés à divers aspects de la solitude.

La solitude peut être un moyen privilégié de croissance personnelle.

Cette conférence développera l'aspect lié aux difficultés de faire face à des moments de solitude tout en proposant des moyens et des attitudes favorisant un approvisionnement de ceux-ci. À la suite de cette conférence, le participant sera outillé pour expérimenter une vie plus riche.

- Vieillir sans y trouver un sens
- Trois clés pour une meilleure qualité de vie
- Les dépendances
- Harmoniser ses contradictions et les exprimer

Date de remise en cas de tempête : samedi le 28 février à 10h



Municipalité de
Rougemont