Une formation pour se ressourcer

ACCOMPAGNEMENT VIE DE L'ASSOCIATION

09/10/2025

Ce mardi 7 octobre a eu lieu la formation : gérer les situations difficiles animée par Marion Bachelet.
Dix personnes venues de St-Paul-Trois-Châteaux, Loriol et Aubenas ont pu profiter de ce moment pour partager leurs expériences, leurs doutes, leurs réussites...
Il a été question du prendre soin de soi, de relaxation, des besoins, du triangle de

karpman, de médiation et de tiers extérieur.

Ce temps de questionnement est indispensable pour conserver de la bienveillance en toute circonstance.

Samuel Mejean

https://dromeardeche.secours-catholique.org/notre-actualite/une-formation-bienvenue-aubenas