

Congrès émotivo-rationnel 2014

40 ans À aider et à s'aider

Voici les coordonnées de cette activité :

Le lieu : **Le Centre St-Pierre**
1212, rue Panet
Montréal, QC
(Métro Beaudry)

La date : **Le 18 octobre 2014**

L'horaire : **de 8 h 30 à 16 h**

Coût : **40 \$ pour la journée** incluant les pauses-café ou
35 \$ pour les inscriptions reçues avant le 3 octobre 2014.

Horaire de la journée

8 h 30 à 9 h	Accueil et visite des exposants. Des livres, instruments, etc. seront en vente.
9 h	Rassemblement salle 101 – Ouverture de la journée par Louis-Georges Desaulniers, Micheline Côté-Auger et Isabelle Desaulniers. Présentation des nouveautés.
9 h 30	Début du 1 ^{er} bloc d'activités.
10 h 30	Pause et circulation.
11 h	Début du 2 ^e bloc d'activités.
Midi	Dîner (au lieu et aux frais des participants). Vous pouvez apporter votre lunch.
13 h 30	Début du 3 ^e bloc d'activités.
14 h 30	Pause et circulation – Dernière chance pour visiter le kiosque des livres.
14 h 45	Début du 4 ^e bloc d'activités.
15 h 45	Grande salle – Mot de la fin – Remise des évaluations de la journée – Tirage – Goûter & cocktail

COMITÉ ORGANISATEUR : Micheline Côté-Auger, Isabelle Desaulniers, Louis-Georges Desaulniers et Ginette Barbary.

N.B. Quelques places de stationnement payant sont disponibles au Centre St-Pierre. Des modifications peuvent être apportées au programme, si le nombre le justifie. N'hésitez pas à inviter parents et amis à s'inscrire. Contactez-nous! Il n'y a pas de remboursement en cas de non-participation. **Les achats de matériel doivent être payés comptant ou par chèque (pas de carte de crédit).**

Les inscriptions hâtives aident les conférenciers à vous offrir un contenu mieux adapté à vos besoins. Ce document peut être reproduit aux fins de distribution.



Formulaire d'inscription – 2014

Nom & prénom : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____

Courriel : _____

Téléphone : _____ - _____

S.V.P., entourez un choix par bloc :

1 ^{er} bloc – 9 h 30	1	2	3
2 ^e bloc – 11 h	4	5	6
3 ^e bloc – 13 h 30	7	8	9
4 ^e bloc – 14 h 45	10	11	12

Postez votre inscription et le chèque de 35 \$
(avant le 3 oct.) ou de 40 \$ au nom de :

Service d'aide personnelle Desaulniers
17, rue Des Castors, Gatineau, QC J8L 4M3

Téléphone : 819 986-8643

Courriel : desau.lg@videotron.ca

Site Internet : www.sapd.ca

Il est important de répondre : Je serai présent(e) au goûter et au cocktail Oui Non

PENSER HEUREUX - Par Lucien Auger (10\$)

L'achat de ce livre permettra à Madame Côté-Auger d'offrir une bourse d'étude lors du congrès le 18 octobre 2014.

J'ai ajouté 10\$ au montant de l'inscription pour l'achat de ce livre.

La description des conférences

1^{er} bloc : 9 h 30

1. **INTRODUCTION À L'APPROCHE ÉMOTIVO-RATIONNELLE – LOUIS-GEORGES DESAULNIERS**
Les bases, les principes, les caractéristiques, les stratégies et une démonstration.
2. **LA RUPTURE AMOUREUSE – SOPHIE-LUCE MORIN**
Cette conférence présente diverses stratégies efficaces pour réduire l'intensité des émotions vécues lors d'une rupture amoureuse et retrouver son équilibre plus rapidement.
3. **VOUS AFFIRMEZ SANS AVOIR PEUR DE PERDRE VOTRE VALEUR, VOTRE PLACE, VOS AMIS... – AIMÉ CÔTÉ**
Vous recherchez l'admiration, l'amour, l'approbation avec acharnement. Vous dites OUI quand vous pensez NON. Vous évitez les conflits, taisez vos désirs, vos besoins. Vous voulez plaire aux autres, mais vous déplaitez à vous-même!

2^e bloc : 11 h

4. **RÉCIT DE VIE 40 ANNÉES D'ÉMOTIVO-RATIONNEL – MICHELINE CÔTÉ-AUGER**
Le bonheur comme les plus grands malheurs de ma vie, je les ai traversés grâce à « S'aider soi-même ».
5. **RELATION D'AIDE ÉMOTIVO-RATIONNELLE IN VIVO – PIERRE BOVO**
Démonstration en direct d'une relation d'aide ÉR avec une personne de l'assistance.
6. **JE M'ADAPTE AUX CHANGEMENTS DANS MON ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL – JACYNTHÉ DICAIRE**
Les étapes pour vivre les changements d'une façon moins douloureuse. Comment aborder les nouveaux défis? Vos réactions sont-elles efficaces ou nuisibles?

3^e bloc : 13 h 30

7. **DIAGNOSTIC D'UN CANCER ET LA PEUR – JEAN-MARIE DUVAL**
Présentation d'une rétrospective de mes réactions émotionnelles (incluant mes confrontations d'idées) à la suite d'un diagnostic (le 7 décembre 2011) et du traitement d'un cancer colorectal (ablation du rectum le 23 décembre 2011). Une brève conclusion portera sur ma sérénité actuelle.
8. **MON VÉCU SOCIAL – ISABELLE DESAULNIERS**
Vivre avec les autres est difficilement évitable, parfois agréable et souvent pénible. Cet atelier vous donnera l'occasion de faire un rapide bilan de votre vécu social et de réfléchir aux habiletés et attitudes utiles pour faciliter vos rapports sociaux.
9. **L'ÉMOTIVO EN IMAGE – HUGUES BELLERIVE**
Nous disons qu'une image vaut mille mots. C'est pourquoi cette conférence vous présentera les « images » de l'approche émotivo-rationnelle.

4^e bloc : 14 h 45

10. **LE HARCÈLEMENT PSYCHOLOGIQUE – CHRISTIAN BERGERON**
Qu'est-ce que le harcèlement psychologique et comment y intégrer l'émotivo-rationnelle?
11. **LÂCHER PRISE, FACILE À DIRE, MAIS COMMENT Y ARRIVER? – MICHELLE BLAIS**
Face à certains événements de leurs vies, des humains sombrent dans l'inquiétude, le ressentiment, la culpabilité, le désespoir. Venez comprendre pourquoi, comment s'en sortir et enfin lâcher prise.
12. **BON SANG! EST-CE SI DIFFICILE D'ÉCOUTER L'AUTRE PERSONNE QUAND ELLE VOUS PARLE... D'ELLE! – LOUISE WAGNER**
Différentes composantes sont nécessaires quand on veut établir une communication efficace. Comment écouter ce que l'autre nous communique sans tout confondre : le « sujet », celui qui parle, ce que l'on ressent, etc.