

La Solitude



Ce que nous vivons à l'intérieur de nous influence profondément notre manière d'être en relation

Il y a une solitude qui isole... et une autre qui ouvre

La **solitude** est là

Parfois **choisie**, parfois subie

Parfois douce, parfois **douloureuse**

Elle peut apparaître même en présence des autres, comme un endroit silencieux qui reste en retrait

Nous cherchons souvent à **la fuir**, à **la remplir**, ou à ne pas **la sentir**

Et si elle avait quelque chose à **nous dire** ?

Ce groupe est une invitation à rencontrer la solitude telle qu'elle se **vit en vous**, sans chercher à la faire disparaître, mais peut-être en découvrant une autre manière **d'être avec elle**

Le travail se fera à partir de l'expérience vécue dans le groupe, dans un cadre soutenant, respectueux et engagé

Dates : 2 & 3 mai 2026

Lieu : 6, rue Terreaux-du-Temple, 1202 Genève

Horaire : 10:00 - 17:00 heure

Tarif : 240 CHF

Tarif réduit : 200 CHF (chômeur·se, AVS, retraité·e)

*Pour toute information ou inscription : me contacter directement
valerie@experience-essentielle.com - +41.79.204.08.04*