

SAISON 2026-2027 - 2ÈME ÉDITION

CAFÉ PAPOTE

PAROLES PARTAGÉES



Un lieu pour partager, s'écouter, se ressourcer et échanger

*Thèmes et solutions du quotidien.
journal des bonnes nouvelles, revue des humeurs ...*

Animé par Juliette de Menthon, médiatrice, thérapeute
(formée aux protocoles basés sur les neurosciences et à la libération des émotions)

LES MERCREDIS de 10h30 à 12h
21 ateliers - hors vacances scolaires
180€

règlement possible en 2 fois

Venez tester ! 1 atelier découverte gratuit,
ouvert aux membres le mercredi 23/09



SAISON 2026-2027 - 2ÈME ÉDITION

CAFÉ PAPOTE

PAROLES PARTAGÉES



Un espace de parole et d'écoute ouvert dans lequel vous êtes conseillé, écouté et guidé. Un partage de solutions du quotidien.

Pourquoi ce temps d'échange ?

- Partager ce que l'on vit et bénéficier d'un espace bienveillant d'écoute et de soutien.
- Repérer les fonctionnements qui nous portent et nous empêchent. Mieux comprendre l'autre.
- Partager son vécu donne du sens à sa trajectoire personnelle et renforce l'estime de soi.
- Stimuler la mémoire et les fonctions cognitives : parler de son passé active les souvenirs et favorise les interactions.
- Accueillir ses émotions pour s'ouvrir à des relations apaisées.



Animé par Juliette de Menthon, médiatrice, thérapeute et animatrice d'ateliers collectifs (formée aux protocoles basés sur les neurosciences et à la libération des émotions)



RDV chaque mercredi de 10h30 à 12h

21 ateliers - hors vacances scolaires - 180€

règlement possible en 2 fois

Atelier découverte offert le mercredi 23 septembre à 10h30