Laurier-Station, le 7 juin 2018

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

**NOUVEAU DANS LOTBINIÈRE :**

**Café-discussion mensuel pour les hommes**

**Partage au masculin annonce l’implantation à Laurier-Station d’une nouvelle activité à l’intention des hommes, un Café-discussion mensuel où ils auront l’occasion de jaser de sujets divers, accompagnés par un animateur, tout en dégustant un café. Déjà offert dans 5 autres localités de la Chaudière-Appalaches, le Café-discussion s’amène à Laurier-Station suite à la demande d’hommes du milieu intéressés à participer à une telle activité.**

Ce premier Café-discussion aura lieu le mardi 19 juin, de 19 à 21 heures, au local 143 du CLSC, 135, de la Station. Le sujet abordé sera la santé émotionnelle. Nos émotions, que sont-elles? Comment les identifier, les accepter, les gérer? Nous sommes des humains c'est-à-dire des êtres de relations, de besoins, de projets et d'émotions aussi.

Une bonne santé émotionnelle permet d’être en accord avec soi-même et en harmonie avec les autres. Nos émotions sont un signal qui nous pousse à l'action et qui porte de l'information importante sur nous et notre environnement. Mais malheureusement nous n'avons pas beaucoup appris à les ressentir, à les écouter, à les décoder et à les gérer. Ainsi, trop souvent nous cherchons à les éviter car nous ne savons pas trop quoi faire avec. Alors, voici l'importance dans parler à travers une discussion respectueuse et dynamique où nous verrons ensemble ce que sont les émotions et les différents avantages de les vivre et de les exprimer.

L’activité, animée par monsieur Marc-Antoine Guérin, est gratuite. Elle est offerte à tous les hommes de la région qui ont le goût d'échanger entre eux dans une atmosphère cordiale et en toute confidentialité. On peut s’inscrire au 418 835-9444 ou tout simplement se présenter sur place.

-30-

Source : Guy Dubé 418 835-9444