**COMMUNIQUÉ DE PRESSE Pour diffusion immédiate**

 **17 septembre 2018**

**Café-discussion de Partage au Masculin**

**En route vers la connaissance de soi**

Le prochain café-discussion de Partage au Masculin aura lieu le

**jeudi 4 octobre 2018 à 19 heures,**

*au* ***CLSC de Saint-Jean-Port-Joli, 430 Rue Jean Leclerc, local RC-3.***

La connaissance de soi, c'est un moyen de **reconnaître ses forces et ses faiblesses**, d'identifier et d'analyser les émotions qui nous détruisent ou nous font grandir? **C'est un moyen d'être véritablement en harmonie avec ses besoins, ses désirs.**

Selon l'auteur de l'article, c'est le plus souvent pour **formuler des choix** **importants** que nous faisons appel à notre conscience: un engagement amoureux, professionnel , financier, un changement de vie (séparation, déménagement, etc...)

La connaissance de soi, c'est cette disposition toute simple qui vous évitera de vous tirer une balle dans le pied, qui vous permettra **de trouver l'apaisement psychologique et, sereinement faire vos choix.** L'auteur dit également que**: la connaissance de soi, c'est le muscle du bonheur.**

Jean Piaget a dit: **" un individu intellectuellement passif ne pourra pas être moralement libre."** Le philosophe et penseur qu'est George Bernard Shaw a écrit **" rares sont ceux qui pensent plus de deux ou** **trois fois par année.**

Animée par monsieur Jean-Louis Gosselin, cette activité gratuite 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.

**Pour information 1-866-466-6379** Source: Guy Dubé 1 866 466-6379