

INFOLETTRE



Maison CoopTel

Le printemps s'installe avec une nouvelle formation et des occasions de se rencontrer !



Formation: L'écoute active

Voici une formation pour apprendre et comprendre ce qu'est l'écoute active. À la fin de cette formation, vous serez en mesure :

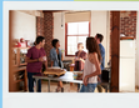
- d'identifier les facteurs internes et externes qui influencent votre écoute;
- de prendre conscience de votre qualité de présence dans une situation d'écoute;
- d'utiliser les attitudes et les techniques d'écoute et ainsi améliorer votre capacité de communication.



Lundi 8 mai ET 15 mai 2023
13 h à 16 h
Inscription au 450-532-2255
poste 6

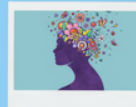
Le Centre poursuit ses efforts pour outiller et soutenir les bénévoles dans leurs diverses implications. En mai, l'organisme Secours-Amitié Estrie viendra donner une formation sur l'écoute active. On entend bien des choses, mais écoute-t-on vraiment?

Le parler des bénévoles

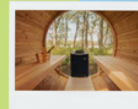


Parce que le bénévole a aussi besoin de parler... Viens faire un tour au *parloir* pour rencontrer d'autres gens, passer un bon moment et partager tes expériences.

10 MAI 17H À 19H
450 532-2255
poste 6

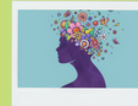


Le sauna mental des bénévoles



Parce que le bénévole a aussi besoin de décompresser... Viens faire un tour au *sauna mental des bénévoles* pour libérer ton mental. C'est un sauna extraordinaire où l'on peut parler...

18 MAI 13H15
450 532-2255
poste 6



De plus, les espaces de réseautage et de partage d'expériences seront de retour. N'hésitez pas à vous joindre à l'un de ces moments, ils sont là pour vous faire du bien !

