



**OUVERT À TOUS !**

# Groupes "La parole est à vous !"

Nos groupes de parole offrent un espace unique de liberté, inspiré par l'approche de Carl Rogers. Ils sont conçus pour encourager l'expression libre et authentique de chaque participant(e).



Animés par des facilitateurs(trices) attentifs(ves), ces groupes visent à créer une atmosphère accueillante et respectueuse, propice à l'ouverture et au partage.

Ils représentent souvent une expérience enrichissante pour les participants contribuant ainsi à leur compréhension de soi et à leur croissance.



**Association Les Voix du Coeur - Broye**

Grand-Rue 19 - 1530 Payerne

1<sup>e</sup> étage à gauche

# Comment cela se passe ?

Les principes de base de nos groupes de parole sont simples mais essentiels pour une expérience enrichissante :

- **Pas de thème préétabli:** Chacun est libre de partager ce qu'il ou elle souhaite, quand il ou elle le veut. Ainsi, de manière spontanée, le groupe crée son propre programme.
- **Écoute sans interruption:** Nous assurons un espace où chaque voix est entendue et valorisée, sans interruption.
- **Expression en "Je":** Encourager l'utilisation du "Je" favorise l'authenticité et la responsabilité personnelle dans les partages.
- **Accueil sans jugement:** Les récits sont accueillis avec empathie et sans jugement, favorisant une ambiance de soutien mutuel.
- **Pas de conseils ou de solutions préconisées:** Notre objectif n'est pas de donner des conseils ou des solutions, mais de permettre à chacun de trouver ses propres réponses.
- **Pas de questions intrusives:** Le respect de la vie privée est essentiel. Aucune pression ou induction ne sont exercées pour inciter à répondre à des questions indiscrettes ou pour partager plus que souhaité.
- **Responsabilité personnelle:** Chaque membre est responsable de ce qu'il partage ou décide de ne pas partager.
- **Stricte Confidentialité:** Nous adhérons fermement au principe que tout ce qui est partagé au sein du groupe reste confidentiel. Chaque participant s'engage à respecter cette règle en ne divulguant pas les propos entendus à des tiers. Toutefois, chacun est libre de partager ses propres expériences avec les personnes de son choix en dehors du groupe.



*Dans un groupe, l'élément le plus guérissant et le plus utile est le degré d'authenticité, de réel contact personne à personne qui s'établit entre les membres du groupe.*

*Carl Rogers*

## Notre site Internet

Toutes les infos pratiques  
De nombreux articles

<https://les-voix-du-coeur.ch>

CONTRIBUTION  
LIBRE

## Contactez-nous !

078 724 64 46

Tél./WhatsApp - 13h30 à 17h  
[info@les-voix-du-coeur.ch](mailto:info@les-voix-du-coeur.ch)