



Infolettre Entre-Nous, 10 octobre 2014

Bonjour à tous,
 Comment allez-vous ?
 Avez-vous passé une belle semaine ?

Nos bureaux sont fermés lundi le 13 octobre 2014, congé férié.

Prenez quelques minutes pour visiter notre site web. Il est à date et intéressant. www.asprs.qc.ca Nous sommes maintenant sur Twitter. Si vous avez un compte, vous pouvez voir ce qui se passe avec nous.

Aujourd'hui, comme c'est l'automne j'ai pensé vous présenter de belles images sur cette saison. Comme nous changeons de saison, quoi de mieux que de vous entretenir sur nos changements de comportements. Comme vous le savez sûrement, notre attitude ou nos comportements nous apportent souvent des difficultés que ce soit relationnel ou au travail. Donc, aujourd'hui je vous présente la réflexion qui suit :

Changer ses patterns

Nous avons tous plusieurs occasions, chaque jour, de briser de petits *patterns*. Il peut s'agir de mettre fin à la jalousie, de se laisser aimer, d'oser investir en nous et en nos projets, etc. Et souvent, on a le courage de faire l'action, de dire les bons mots... mais le cœur ne suit pas. On continue de ressentir la même jalousie, le même sentiment de petitesse, la même peur du manque. Le changement ne se fait qu'en surface – au niveau des symptômes, non pas au niveau de la cause –, finalement. En fait, je ne sais même pas si on peut vraiment parler d'un changement.

Faire le mouvement extérieur est certainement merveilleux. C'est un début. Mais ce n'est justement qu'un début. Le but n'est pas d'avoir l'air libre, ou d'agir comme une personne libre, mais de *ressentir* cette liberté. Le vrai travail n'est pas de foncer malgré nos résistances, mais d'apprendre à dénouer ces résistances et à se recentrer sur notre vérité, afin qu'elle puisse rayonner à travers nous avec fluidité. En fin de compte, la seule façon de briser véritablement un *pattern* est de plonger à l'intérieur de nous, là où il a été créé.

Marie-Pier Charron



Mardi le 14 octobre 2014	Mercredi le 15 octobre 2014	Jeudi le 9 octobre 2014
10.00 à midi	10.30 hrs à 11.30 jrs Partage avec Shirley Brisebois sur son voyage en Alaska	Éveil Corporel
Lisons avec Manon, Club de lecture	Dîner communautaire de 11.30 hrs à 13.30 hrs	10.00hrs à 11.30 hrs
Dîner Partage à midi	Cartes & Jeux de société de 13.30 hrs à 15.30 hrs	13.30 hrs à 15.30 hrs
13 hrs à 15 hrs		Relaxation et méditation
La santé par l'alimentation		Réservations: 450-926-5210
Veillez communiquer avec nous pour réserver		

À vendre
 Lève personne, pliant et portative pour le voyage ou le domicile.
 BHM Junior motorisé, peut lever jusqu'à 350 lbs, en excellente condition.
 Prix: 1,200.00\$
 Informations: Francine Lapointe (450) 928-1036

Samedi 18 octobre 2014 à 17.30 hrs
 À chaque année nous organisons un souper bénéfice afin de nous aider à continuer nos activités pour nos membres. Pour cela, nous avons besoin de financement. Cette activité est impérative à notre succès. Pour cela, vous êtes invités à y participer en communiquant avec nous.
 Vous trouverez en pièce jointe les détails de cette soirée. Soirée Crooners au profit de l'Association Souper Spagetti, spectacle, soirée dansante.
 Où : 3825 rue Windsor, St-Hubert
 Réservations: (450) 926-5210

Je vous souhaite une excellente semaine et au plaisir !



Don en ligne: https://www.canadahelps.org/CharityProfilePage_sec.aspx?CharityID=s36319