

Événement spécial outremangeurs anonymes (OA) de l'Intergroupe OA de Québec

Thème : L'amour, de soi et des autres

24 et 25 mai 2024

Lieu : Amical Alfa, 230 avenue Proulx, Québec, G1M 1W7



Vendredi 24 mai 2024 à partir de 19h30

19h30 : Réunion habituelle un peu allongée avec :

- Introduction animée selon les traditions
- Partage sur l'image corporelle
- Mini-partage sur l'image corporelle et l'amour de soi

21h00 : Habiter son corps autrement, avec créativité

- Atelier de mouvement dansé très accessible pour habiter son corps dans la non performance (20 à 30 minutes)
- Danse libre selon les demandes spéciales
- Fin vers 22h

Samedi 25 mai 2024 à partir de 9H00 :

- 9h : Arrivée, accueil, café
- 9h30: Atelier d'écriture
- 10h30 : Pause
- 11h : Partage
- 12h : Dîner communautaire (les membres qui le souhaitent amène leur lunch)
- 13h15 Retour et partages
- 14h à 14h15 : Clôture
- 14h30 : Grand ramassage

Pour toutes questions, contacter Julie L. par courriel à julie8lapoint@gmail.com