

Cercle de femmes

Qu'est-ce qu'un cercle de femmes ?

Un cercle de femmes est une réunion de femmes de tous les âges et de tous les horizons, pour des moments d'échange et de parole. Sur des thématiques différentes.

Ces rassemblements ont lieu de manière régulière, (en général une fois par mois) et durent environ 2heures.

Ces cercles rassemblent un petit nombre de femmes pour que chacune puisse s'exprimer. (limité à 5 personnes)

Les échanges seront partagés autour d'une thématique précise. On y partage nos expériences de femmes, avec la sensibilité de chacune.

On peut venir exprimer ses peines, ses questionnements, ses joies, ses envies, ses douleurs, ses rêves, ses peurs, entourée de la bienveillance et de l'écoute des autres femmes du groupe. Les autres femmes accueillent ce qui est dit, sans jugement. Ce qui se dit dans le cercle reste dans le cercle.

C'est un temps pour soi, un moment qu'on s'offre à soi, hors de l'agitation de la vie quotidienne.

La bienveillance et l'énergie apportées par le groupe de femmes est souvent incroyable, et les femmes peuvent partager des moments magiques !

L'inscription à un cercle de Femmes ne vous engage à aucun autre cercle, ils seront différents les uns des autres.



Charte

- **En tant que initiatrice de ce cercle de parole, je tâcherai de faire en sorte que chaque femme soit écoutée et entendue et je tâcherai aussi de faire en sorte que les valeurs fondatrices de cette initiative soient en tout temps respectées.**
- **Je fais partie du cercle et j'accepte les autres femmes présentes.**
- **Je m'engage à la confidentialité. Ce qui est dit dans le cercle reste dans le cercle.**
- **Je fais preuve d'écoute, et je n'interromps pas celle qui parle.**
- **Je fais preuve de bienveillance, d'ouverture d'esprit et de non-jugement.**
- **Je partage mes expériences, mes sentiments et mes questionnements par rapport à mon vécu.**