



---

méli-mélo des émotions

---

**CHEMINS D'ESPERANCE 16** – Rencontre des personnes séparées, divorcées, remariées ou non. Le **14 janvier 2023 – 14h30 /17h30**

Maison diocésaine – Salle Ste Thérèse- 226 rue de Bordeaux. **Contact** 06 62 00 85 64

**Les ruptures provoquent des émotions** souvent contradictoires. Il est parfois difficile de s'y retrouver, en particulier dans les ruptures conjugales.

Ce qui se passe en nous est très fort, et paraît incompréhensible ou inexprimable.

Nos émotions nous parlent de nous-mêmes et de ce que nous ressentons. Les nommer, et les reconnaître est nécessaire. En effet, si nous les refusons, elles se cacheront en nous pour rejoaillir à notre insu de manière incontrôlable et souvent de manière inappropriée.

Lire la suite