



Un conférencier dynamique, qui parle avec des connaissances et du vécu.

Robert Dupras M.Ed.

Je possède une maîtrise en Relation d'aide de l'Université de Montréal appelée « Andragogie ».

Je suis en relation d'aide depuis plus de 25 ans avec des gens et des groupes ayant des vécus divers.

Je donne des conférences de motivation afin de vous faire faire des prises de conscience pour améliorer votre qualité de vie. Je ne possède pas le monopole de la vérité mais j'ai une vaste expérience de vie et je suis en formation continue comme autodidacte. J'espère vous faire profiter de cette expertise. J'ai développé aux cours des années une expertise auprès des célibataires, en relation de couple et auprès des enfants et adolescents.

J'ai aussi une formation reconnue en médiation familiale ce qui est un outil apprécié lors de mes consultations.

Je développe des ateliers pour entreprises d'une durée variable selon les besoins de l'entreprise. J'ai mis sur pied des fins de semaines intensives en collaboration avec un groupe d'intervenants pour faire le point dans sa vie et avancer positivement avec confiance.

On dit de moi que je suis une personne dynamique, pleine d'humour, passionnée et que je base mes conférences sur du vécu.

Je suis membre de psycho-ressources.com, le bottin francophone des professionnels de la psychologie.

Conférences et Services Offerts :

Je présente les conférences de façon à ce que les participants prennent conscience de leurs différents comportements et qu'ils soient bien outillés pour arriver à transformer leur vie sur une base quotidienne. Le tout se déroule avec humour, musique, émotions et dans le plus grand respect.

Conférences pour les entreprises publiques et privées...

Liste de conférences dynamiques, motivantes et bilingues pour le personnel et la direction d'entreprises. Pour le secteur privé et pour les employés(es) de la fonction publique, des ateliers de formation sont disponibles et adaptés aux besoins de l'organisation et de ses ressources.

Voici quelques conférences qui ont eu du succès auprès des participants :

- Comment faire face aux changements et en sortir gagnant tout en ayant du plaisir au travail.
- Pourquoi avons-nous peur ? Apprenons à nous affirmer et dire NON ou OUI.
- Comment ne jamais être blessé par personne et garder notre pouvoir .
- Se connaître pour être reconnu .
- Trouver sa mission de vie aux 5 niveaux : personnel, professionnel, familiale, social et amoureux.
- Comment gérer une crise interne - climat malsain.
- Gestion du stress et du temps dans notre travail et hors travail.
- L'importance du rire au travail, s'amuser et être rentable.
- Comment avoir une meilleure estime de moi.
- Comment réaliser son plein potentiel.
- Comment changer d'étiquette (On est souvent étiqueté pour un rôle, parfois prisonnier de ce rôle).
- Quels sont les caractéristiques d'une bonne communication pour être bien compris.
- Pourquoi apprendre à s'affirmer et dire NON.
- Préparer sa retraite pourquoi, à partir de quand et comment.
- Apprendre à lâcher prise, ça veut dire quoi.

Auteur, conférencier, motivateur...

Robert Dupras M.Ed.



Maîtrise en relation d'aide

Pour inviter Robert Dupras M.Ed. à donner une conférence dans votre localité, au Québec, au Canada, ou en Europe, contactez-le au :

Tél. : 819-568-6718

Courriel : essentiel@sympatico.ca

Site web : www.robertdupras.net

Voici certaines conférences pour le public en général :

Reprends ton pouvoir pour prendre ta place avec confiance

Le samedi de 8h30 à 21h et le dimanche de 8h à 16h.
Un B&B est disponible pour les gens de l'extérieur de la région durant les fins de semaine à Gatineau.

Vous pouvez toujours améliorer votre vie sans attendre d'avoir de grandes difficultés.

Dans un premier temps, simplement écouter pour faire des prises de conscience ; dans un deuxième temps : passe à l'action pour améliorer votre vie.

Voici quelques-uns des principaux thèmes abordés lors de cette fin de semaine :

- Comment avoir plus confiance en toi.
- Comment apprendre à t'aimer vraiment pour ce que tu es (ÊTRE).
- Croire en tes capacités et tes valeurs.
- T'adapter aux changements de la vie qui t'entourent .
- Comment prendre ta place dans ton monde.
- Vaincre tes peurs.
- Éviter d'être manipulé et abusé.
- Enlever tes masques pour plaire.
- Éviter les malentendus et les conflits.
- Comprendre pour surmonter ta dépendance affective.
- Vaincre les dépendances de boisson, drogue, nourriture, jeux, sexuelles, etc.
- Vaincre ta timidité. Apprendre à dire NON pour te dire OUI.
- Ne plus être blessé par les autres et par toi.
- Les relations de couple durables, c'est possible comment.
- Le divorce et ses impacts.

- Aider tes enfants à devenir autonomes et améliorer ta communication avec eux.
- Apprendre à devenir plus positif dans ta vie.
- Apprendre à lâcher prise sur ton passé négatif, en le recyclant.
- Comprendre si tu dois pardonner et te pardonner pour avancer.

Conférences pour les couples et les célibataires :



Comment vivre en couple à long terme dans un monde de divorce?

Les principaux thèmes abordés lors de cette conférence pour les couples et pour les célibataires désirant comprendre pourquoi elles ou ils le sont encore :

- Les 5 étapes essentielles à franchir pour une vie de couple harmonieuse.
- Comment dialoguer pour être écouté entendu et surtout compris sans se blâmer.
- Comment comprendre et accepter nos différences.
- Trucs concrets pour améliorer cette vie de couple.
- Financièrement comment on se situe et où veux-t-on aller.
- Quels sont nos vrais besoins de couple ou futur couple.
- Comment voyons-nous l'éducation de nos enfants.
- Pourquoi les conflits dans le couple, sont inévitables et c'est positif.
- Mes rêves comme vie de couple !
- Comment briser notre routine de couple pour se rapprocher.

- Sexualité dans le couple.
- Secrets des couples heureux .
- Triangle amoureux .

La finale est l'élaboration d'un **contrat de vie commune** acceptable pour les deux afin de vivre en couple à long terme actuellement ou dans le futur.

Pour les célibataires, il y a certains exercices spécifiques lors de leur journée.

Conférences pour les ados et leur parents :

Une journée pour les ados afin de favoriser une bonne estime de soi et :

- éviter d'être abusé verbalement, physiquement et sexuellement.
- prendre sa place, se faire des vrais amis.
- l'impact des drogues et de la boisson.

Une soirée pour les parents

afin qu'ils n'aient pas leurs enfants à dos mais plutôt qu'ils deviennent leur coach de vie.

Robert Dupras M.Ed.
Gatineau, QC Canada
Site web : robertdupras.info
Tél. : 819-568-6718
Courriel :
essential@sympatico.ca
Site web : www.robertdupras.net