

Dialogai



À MA SANTÉ!

**C'EST LE MOMENT DE PENSER À MOI
EN FÉVRIER, DIALOGAI PREND SOIN DE MOI**

EN FÉVRIER, DES ATELIERS POUR ALLER BIEN

Durant le mois de février, Dialogai vient à ta rencontre. Ton bien-être compte pour nous. Nous t'inviterons en février 2019 à cultiver tout ce qui peut te permettre d'aller mieux et d'être bien dans tes baskets. Tu peux parfois vivre des situations ou des moments difficiles pour lesquels tu ne trouves pas de solutions. Ce mois-ci, Dialogai t'aide à y voir plus clair!



Tous les ateliers sont gratuits et sans inscription. Ils se tiennent à Dialogai aux Pâquis (entrée par le 5, rue du Levant, Genève)

Mercredi 6 février 2019, de 18h à 20h

«Salut! Tu cherches quoi?» – L'impact des applications de rencontre sur les relations interpersonnelles et amoureuses

Présentation et débat animé par Abdurahman Mah, chargé de projet en santé communautaire

L'utilisation accrue des smartphones favorise l'essor des applications de rencontres. Facilitent-elles la stabilité, la mise en couple ou au contraire l'augmentation du nombre de partenaires? Basées sur la géolocalisation, ces applications mettent sous pression les lieux «traditionnels» de rencontre gay, en rendant n'importe quel lieu potentiellement gay friendly. Les associations, telles que Dialogai, se réinventent et offrent aussi de nouvelles manières de se rencontrer. Qu'en pensez-vous? On en parle!

Mercredi 13 février 2019, de 18h à 20h

Santé mentale: retour vers ton futur idéal

Atelier animé par Julien Borloz, psychologue spécialisé en coaching et hypnose ericksonienne

À quoi ressemblent tes rêves, ton futur idéal? Et s'ils étaient plus accessibles que tu ne le pensais? Découvre comment tu as le pouvoir d'agir dessus en travaillant collectivement sur les solutions plutôt que sur les problèmes. Définis ta situation idéale, les ressources nécessaires ainsi que les étapes à franchir pour y arriver! Et si 2 heures suffisaient à trouver des solutions à appliquer directement dans ton quotidien et celui de ton entourage?

EN FÉVRIER, DES ACTIONS POUR TA SANTÉ

Mercredi 20 février 2019, de 18h à 20h

Masc for Mascara: Le féminin, le masculin et la santé mentale chez les LGBTIQ+

Rencontre animée par Frida Nipples & MOON (Collectif Haus of Genevegas)

Une rencontre de deux heures avec l'enivrante Frida Nipples et la créature MOON, où tu auras l'occasion d'en apprendre davantage sur leurs *makeup tips* mais aussi leurs *life tips* autour des identités masculines et féminines. On aurait tendance à l'oublier, mais les cloisonnements de genre sont aussi présents dans les communautés LGBTIQ+. Munissons-nous de nouveaux outils pour vivre ensemble, librement. Quoi de mieux que des conseils venant de deux Drag Queens? Ambiance tranquille et curieuse assurée.

Mercredi 27 février 2019, de 18h à 20h

Créathon: deux heures pour impacter ta communauté

Atelier animé par Julien Borloz, psychologue spécialisé en coaching et hypnose ericksonienne

«Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin». Ta mission, si tu l'acceptes, va être d'imaginer et de démarrer un projet concret afin d'améliorer la santé mentale directement dans ton quotidien et dans celui de ta communauté. Équipement requis: ta créativité, ton enthousiasme, l'envie de partager tes idées et de créer un projet au sein d'un petit groupe. Tu as 2 heures, vas-tu relever ce défi? Top chrono!

Mercredi 27 février 2019, dès 20h

Soirée de clôture de la campagne «À ma santé!»

Animée par toi et tes ami.e.s qui s'amuse et qui dansent

Repas à prix libre et bar à prix solidaire

Pour fêter la fin de cette campagne qui met ta santé à l'honneur, Dialogai te propose une fête tout en musique pour te déhancher et trinquer... à ta santé! Oui, la fièvre du mercredi soir existe!

Retrouve-nous aussi...

31 janvier 19h-22h à Lestime

1er février 20h-00h au Phare

2 février 20h-00h au Nathan

4 février 15h-19h aux Bains de l'Est

15 février 22h-2h au Cruising Canyon

16 février 21h-1h au Déclic

17 février 14h-18h aux Avanchets

24 février 14h-18h aux Bains de l'Est

CE QUE JE SOUHAITE...

C'EST LE MOMENT DE PENSER À MOI
EN FÉVRIER, DIALOGAI PREND SOIN DE MOI



Rester actif



M'accepter tel
que je suis



Oser parler de
mes problèmes



Apprendre
de nouvelles
choses



Participer



Voir des
ami.e.s



Pratiquer mes
activités
préférées



Ne pas
renoncer face
aux difficultés



Me détendre



Demander
de l'aide



#dialogaiàmasanté

 Dialogai

Rue de la Navigation 11/13
CP 69 - 1211 Genève 21
Tél. 022 906 40 40
info@dialogai.org

Une campagne réalisée avec le soutien de:



 Dr. Gay Ici, on t'aide!