

LES MARDIS DU DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



L'évasion à Portets

RENDEZ-VOUS HEBDOMADAIRE DE 19H30 À 21H30

CALENDRIER DE FIN D'ANNÉE



GESTION DU STRESS

23 NOVEMBRE

Comprendre les mécanismes et facteurs du Stress pour le résoudre de manière méthodique.

30 NOVEMBRE

BLESSURES ÉMOTIONNELLES

Les reconnaître, prendre conscience des réactions qu'elles induisent, les accepter et aller vers la guérison pour enfin être nous-mêmes.

VIVRE AVEC LA MALADIE

07 DÉCEMBRE

Outils de développement personnel qui permettent de mieux vivre la maladie, de gérer le stress occasionné et se reconstruire.

14 DÉCEMBRE

CERCLE DE PAROLE AUTOUR DE L'ÉMOTION

**CERCLE DE PAROLE AUTOUR DE LA
CONFIANCE EN SOI**

21 DÉCEMBRE

ATELIERS ANIMÉS PAR :
SIHAM WAKIDI, COACH DE VIE

**PARTICIPATION :
20 EUROS**

**NOMBRE DE
PARTICIPANTS : 6**

Pour inscription ou toute information complémentaire

Tel : 07 66 84 91 43

Email: contact@introspectoconnect.com