

Quel est l'impact de nos émotions dans notre quotidien?
Comment le stress influence-t-il nos prises de décision?
Comment reprendre le contrôle lorsque ceux-ci nous submergent?



Animé par Meïssa Zeroual,
psychologue et hypnothérapeute
&
Maïté Mariscal, ergothérapeute
et sophrologue



Groupe de 8 personnes
maximum (min. 18ans),
uniquement sur inscription



Tarif : 2,50€/séance
(Tiers payant, subvention inami.)

Module sur la gestion du stress et des émotions



8 séances :

30/10	27/11
6/11	4/12
13/11	11/12
20/11	18/12



Les lundis en soirée, de 19h
à 20h30



Les séances se donneront au
Centre Culturel Educatif
Vervietois
Rue Peltzer de Clermont 36
4800 Verviers

INFOS ET INSCRIPTIONS :

- ☎ Par sms auprès de Maïté Mariscal au 0499/61.59.71
- ✉ Par mail auprès de Meïssa Zeroual : meissa.zeroual@gmail.com