

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 :

10/10	7/11
17/10	21/11
24/10	28/11
31/10	05/12



Les JEUDIS SOIRS, de 19h
à 20h30



Les séances se donneront
Rue Laoureux 24
4800 Verviers
(Bâtiment "Première ligne")

INFOS ET INSCRIPTIONS :



Par sms auprès de Maïté Mariscal au 0499/61.59.71



Par mail auprès de Meïssa Zeroual : meissa.zeroual@gmail.com