

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 : 20€ pour le module,  
soit 2,50€ par séance.  
(Tiers payant, subvention inami.)

## Module sur la gestion du stress et des émotions

4<sup>ème</sup> édition



8 séances :

07/05	04/06
14/05	11/06
21/05	18/06
28/05	25/06



Les MERCREDIS MATINS,  
de 9h30 à 11h



Les séances se donneront  
Place Général Jacques 5  
4800 Verviers  
(Salle des minières)

### INFOS ET INSCRIPTIONS :

☎ De préférence par sms auprès de Maïté Mariscal au 0499/61.59.71

✉ Ou par mail auprès de Meïssa Zeroual : [meissa.zeroual@gmail.com](mailto:meissa.zeroual@gmail.com)