



Comment Coexister avec Soi Et son Environnement ?



Pascal GOUIRAND –Psychopraticien Nice
Romuald CLEMENT – Sophrologue Nice

Objectifs :

5 ateliers pour :

=> Apporter des outils pratiques et utilisables au quotidien

=> Apprendre à se connaître pour s'Adapter à son environnement

- **Durée : 3H00**
- **Lieu : Nice**
- **Coût : 50€ par atelier**
- **50 % de théorie**
- **50 % de pratique**

*« Ce qu'on entend on l'oublie,
ce qu'on voit on s'en souvient,
ce qu'on fait on le retient »*

*Inscrivez-vous dès maintenant au
06.20.29.15.71
Ou au 06.36.97.81.57*

1^{er} atelier le samedi 23 janvier 2016

➤ Les différents ateliers:

- Stress et Compulsions
- Habitudes Alimentaires et Marketing
- Les Croyances et les TCA
- Les Valeurs et les TCA
- La Confiance et l'Estime de Soi

*Inscrivez-vous dès maintenant au
06.20.29.15.71
Ou au 06.36.97.81.57*

1^{er} atelier le samedi 23 janvier 2016



Association Autrement
www.anorexie-et-boulimie.fr

**Toujours
Capable
Agir**