

ATELIER GESTION DES ÉMOTIONS

Animé par Margaux Desage, « Parcelles de Vie », Coach

Apprivoiser ses émotions. Retrouver la confiance & l'apaisement

Vous êtes dans cette « merveilleuse » période de la pré-adolescence, de l'Adolescence ?

Vous êtes hypersensible à votre environnement ? Vous vous sentez dépassé par vos émotions et vous vous demandez comment les apprivoiser ? Nous vous invitons à vivre une expérience unique à la rencontre de votre Vérité et de la puissance de votre Authenticité. Vos émotions ont plus de choses à vous dire que vous ne l'imaginez !

Venez découvrir, autour d'un plateau de jeu, en quoi les émotions peuvent vous rendre la vie plus savoureuse qu'ennuyeuse et, par là même, vous découvrir sous un autre jour en trouvant du sens au travers de ce que vous ressentez.

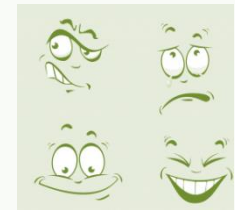
Date : samedi 1^{er} février

Horaire : de 14h00 à 16h30

Lieu : Maison des Associations impasse de la Charbonnière 31100 Toulouse.

Participation : **adhérent** : 20 €/participant - **Non adhérent** 25 €/participant

Renseignement : afecontact@afep.asso.fr



Inscription avant le 25 janvier 2020 :

<https://www.billetweb.fr/x20-304-ace>

