



ASSOCIATION Agen Psycho-Santé

Enregistrée sous le n° W313010335

Automne 2019

SOIRÉES D'INFORMATION - CONFÉRENCES

Nous présentons, une fois par mois, un thème de psychologie ou de santé, en conjuguant la rigueur universitaire et l'ouverture vers les approches innovantes qui favorisent la santé et le bien-être. La présentation est suivie d'un espace d'échanges.

◆ Comment nos croyances nous gouvernent ?

Mardi 24 septembre à 18h30 - Animation : Pascale Soria

◆ Les dépressions ont-elles un sens ?

Mardi 22 octobre à 18h30 - Animation : Jacques Boislève

◆ L'évolution de la conscience

Mardi 12 novembre à 18h30 - Animation : Pascale Soria

◆ Relation de couple : pourquoi est-ce si compliqué ?

Mardi 10 décembre à 18h30 - Animation : Jacques Boislève

+ d'info sur <http://www.psychosante.fr/themes-psycho-sante.html>

ESPACE PSYCHO-SANTÉ FLORÉAL

141 av. Jean Jaurès

Le mardi soir
de 18h30 à 20h00

Participation :
Non adhérents 10 €
Adhérents 7 €
**Adhésion jusqu'au
31/12/2019 : 10 €**

NOMBRE DE PLACES LIMITÉ - PENSEZ À RESERVER :
Inscription directe en ligne sur le site www.psychosante.fr
(lien sur la page d'accueil, en bas à gauche)

ATELIERS D'ÉCRITURE

Lors d'un atelier, plusieurs pratiques d'écriture sont proposées. Il suffit de se laisser guider, de se laisser surprendre, et de jouer le jeu. C'est un espace de détente pour l'esprit, d'intimité avec soi et de convivialité avec les autres. Le partage des productions écrites est toujours facultatif.

✓ **Dates (mardi) :** 15 octobre, 26 novembre : 18h30-20h

✓ **Participation :** 15 € - adhérents : 10 €

✓ **Animation :** JACQUES BOISLÈVE - 06 62 58 11 52

MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE

Intensifier sa conscience et sa présence pour accueillir ce qui est là, sans jugement. Accéder à ses ressources profondes et mieux se déployer dans tous les secteurs de sa vie. Pratique guidée suivie d'échange.

✓ **Dates (mardi) :** 1 octobre, 5 novembre, 3 décembre : 18h30-19h30

✓ **Participation :** 15 € - adhérents : 10 €

✓ **Animation :** PASCALE SORIA - 06 80 32 78 30

APPRENTISSAGE ET PRATIQUE DE L'EFT

Pour mieux gérer les émotions et les inconforts.

L'EFT est une technique psycho-énergétique dont l'apprentissage est aisé. Elle permet d'agir sur les emprises émotionnelles et les inconforts, pour une meilleure qualité de vie. Chaque atelier est une séance d'apprentissage de la technique, suivie d'expérimentations afin de pouvoir l'utiliser ensuite en toute autonomie.

✓ **Dates (mardi) :** 8 octobre, 19 novembre : 18h30-19h30/20h00

✓ **Participation :** 15 € - adhérents : 10 €

✓ **Animation :** ANNE-CLAIRE SANCHEZ-CALZADILLA - 06 72 33 05 81

NOMBRE DE PLACES LIMITÉ - PENSEZ À RESERVER :
Inscription directe en ligne sur le site www.psychosante.fr
(lien sur la page d'accueil, en bas à gauche)