

# *Un week-end d'ateliers sur la gestion du stress et des émotions*

**Pour que vos journées soient sereines et ponctuées de moments de bonheur**



## **Faire le lien entre sciences, santé et bonne humeur**

Les ateliers sont basés sur les dernières recherches en neurosciences et en biologie des comportements. **Ils alternent des espaces d'échanges, de la théorie, des vidéos humoristiques et des exercices pratiques.**

**Informations :** [www.emotion-adn.be](http://www.emotion-adn.be) ou par téléphone

**Dates :** 9 et 10 avril 2016 de 9h à 17h30

**Adresse :** avenue de la Plante 15, 5000 Namur

**Prix :** 225 euros

**Inscriptions :** 0474 50 22 40 - [info@emotion-adn.be](mailto:info@emotion-adn.be)

0477 27 63 39 - [botman.marie.pro@gmail.com](mailto:botman.marie.pro@gmail.com)

Animé par **Nathalie Zammattéo**, thérapeute et docteur en biologie  
**Marie Botman**, thérapeute et maîtrise en biologie