

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 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

0477 27 63 39 - botman.marie.pro@gmail.com

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