

# Soirées bien-être

Mieux se connaître, être maître de sa vie, gestion du stress, lâcher-prise, relaxation...



## Conférences 2018 suivies d'un apéritif

**Mercredi 7 mars**

**Histoire de la conscience**

*Histoire de la conscience et son utilisation en médecine en évoquant le chamanisme, le magnétisme, l'hypnose, la psychanalyse et l'apport des neurosciences au XXIème siècle.*

**Jean Becchio : médecin, hypnothérapeute**

**Mercredi 21 mars**

**Les croyances**

*Qu'est-ce qu'une croyance ?*

*C'est une opinion considérée vraie par un individu ...*

*non confirmée ou vérifiable !*

*Nous allons tenter d'appréhender l'importance de ces croyances existant chez chacun d'entre nous.*

**Jeannine Hemery : psychiatre, psychothérapeute**

**Mercredi 11 avril**

**Les émotions**

*Les émotions sont inhérentes à notre vie. Qu'elles sont-elles ?*

*A quoi servent-elles ? Comment les reconnaître ?*

*Quelle place leur donner ?*

**Jeannine Hemery : psychiatre, psychothérapeute**

Accueil à 19h – Conférence de 19h15 à 20h45 suivie d'un apéritif.

Contact et inscription : Mylène ☎ 06 62 11 20 23 / e-mail : mylene.mns@sfr.fr

**Tarif (apéritif inclus) : 22 €**

**A partir de 2 conférences : 20 €**

**Lieu : Temps des délices – 85 rue Jean Jaurès – 94800 Villejuif**

Métro 7 - Paul vaillant Couturier ou Louis Aragon – Bus 185 et 162