

Deux partenaires



**Institut de Formation des
Conseils en Santé Holistique**
152 rue de Chaussas 31200 Toulouse
Site: santé-holistique-csh.fr
Tel : 05 61 57 30 96
Courriel: mjdb-csh@orange.fr



SA-MA-SA Éducation Occitanie
Santé-Maladi-SAnté
Association loi 1901 centrée sur
l'éducation à la santé
11 rue Darnès 31300 Toulouse
samasa-education-mp.fr
samasa.mipy@gmail.com



CAFÉ MIEUX-ÊTRE

1° TRIMESTRE 2019

Ouvert à tous
Un **mardi** par mois de 20h à 22h
Sans réservation

Au restaurant **Saveurs Bio**
22 rue Maurice Fonvieille Toulouse métro Jean Jaurès

Courriel: samasa.mipy@gmail.com
Tel: **07 60 56 82 45**

Café Mieux-être au restaurant Saveurs Bio

22 rue Maurice Fonvieille, Toulouse métro Jean Jaurès



MARDI 15 JANVIER 2019

**« LA COMMUNICATION NON
VERBALE »**

Exprimer sans dire, entendre ce qui n'est pas dit.. Mieux comprendre ce langage du corps qui nous vient du coeur

Ada Owona, CSH, infirmière, formatrice

MARDI 12 FÉVRIER 2019

**« LES BIENFAITS DE LA MUSIQUE
SUR NOTRE SANTÉ »**

*Marie-Jo Dursent-Bini
CSH, psychothérapeute*



MARDI 12 MARS 2019

« SE SENTIR ENFIN AIMÉ »

Un chemin de connaissance de soi avec des outils favorisant le changement.

Brigitte Fessier, CSH



LES OBJECTIFS DES CAFÉS :

1. **Élargir** ma connaissance du sujet traité.
2. **Partager** mes expériences, mes questionnements.
3. **Trouver** de nouvelles ressources pour moi et ceux qui m'entourent.

Les étapes de cette rencontre :

1. **Exposé** d'un(e) intervenant(e) sur le sujet de la soirée.
2. **Échanges** en petits groupes.
3. **Partage et réponses** de l'intervenant(e) aux questions.

L'entrée est à 5€ adhérents et 8€ non adhérents

Avec une consommation comprise: eau minérale, infusion, jus de fruits.

Pour soutenir et valoriser nos actions,
Adhérez à SA-MA-SA Éducation Occitanie : 20€