

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 au restaurant Saveurs Bio

22 rue Maurice Fonvieille, Toulouse métro Jean Jaurès



CAFÉ MIEUX-ÊTRE

2° 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**



MARDI 09 AVRIL 2019

« LE BURN-OUT PROFESSIONNEL »
L'identifier, le surmonter et rebondir

Marie-Jo Dursent- Bini
Psychothérapeute, CSH

MARDI 21 MAI 2019

« L'ÉMERVEILLEMENT »

Un plein de vitamines pour booster notre vitalité.

Marie-France Boisserie
Psychothérapeute, CSH



MARDI 11 JUIN 2019

« LA PLAINTÉ »

Souvent irritante, parfois
incompréhensible..

L'accueillir, l'écouter, la
comprendre

Ada Owona CSH, infirmière



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€