

CENTRE SOCIO CULTUREL DE GEVREY-CHAMBERTIN

Mercredi 15 Mai 2019 - 20h-22h



Conférence sur L'EFT

avec le soutien de



Emotional Freedom Techniques Techniques de Libération Emotionnelle

*Une conférence animée par Sylvie ROUSSIN
Sophrologue*



Tél. 06 58 24 11 12
E-mail : objectif.bienetre@bbox.fr

Sylvie ROUSSIN nous parlera ce soir
d'une pratique psycho-corporelle.

L'EFT consiste à verbaliser les émotions négatives tout en tapotant sur le visage, le torse et les doigts sur des points situés sur le trajet des méridiens. Ces derniers correspondent à des organes qui eux-mêmes correspondent à des émotions.

L'énergie bloquée peut ainsi re-circuler correctement, l'intensité émotionnelle diminue et la personne peut à nouveau vivre ses émotions plus sereinement.

Cette technique peut être utilisée pour le stress, les phobies, un mal-être global, la douleur, les chocs émotionnels, chez l'enfant ou l'adulte.

Le nombre de places étant limité, nous vous remercions de vous inscrire préalablement.

Condition : accès gratuit tout public sous condition d'adhésion à l'association
Lieu : centre socio-culturel 8 avenue de Nierstein 21220 Gevrey-Chambertin
Tél : 06.67.16.96.15
Mail : contact@alternative-bienetre.fr
Site : <http://alternative-bienetre.fr/>
Facebook : @Alternative Bien-Etre bourgogne