

Réussir à prendre soin de soi... et des autres

Lundi
13 juin 2022
19h-22h

Soirée organisée par l'équipe de PRH Ile de France et animée par :



Chantal Verzaux
Formatrice PRH



Anne Melounou
Formatrice PRH
en cours d'agrément

Prendre soin de soi c'est tenir compte de tous ses besoins. Parfois, ce n'est pas facile. Mais sommes-nous conscients de nos différents besoins ? Comment pouvons-nous les repérer ? et surtout y répondre ?

A partir d'exemples concrets, vous trouverez des repères simples pour vous aider à mieux veiller à vos besoins tout en tenant compte de votre entourage.

Inscription

Par formulaire en un clic
Par mail : regine.spiry@gmail.com
06.72.92.48.48

Nombre de places limité
Libre Participation aux frais

Pause conviviale

 47 rue de la Roquette,
Métro: Bastille