

INFORMATIONS



MULHOUSE UP19

(Salle 11)



Début le mardi 09 juin 2026



DURÉE : 02:00

Prix : **54.00 €**

PROFILS : Sophrologue Praticienne RNCP, Praticienne EFT

PRE REQUIS :

Aucun

MATERIEL :

Prévoir de quoi consommer une boisson sur place.

Quelques feuilles A4, stylo et 3-4 crayons de couleurs

CODE ACTIVITÉ : 10MA1468

DESCRIPTION

3 rencontres pour faire connaissance, s'aider à passer des caps, s'entraider à faire des 1ers pas, créons du lien pour sortir de l'isolement !

La parole peut être aidé par des supports d'aide à la communication, au retour à soi, à différents petits exercices d'art-thérapie ou à de l'EFT pour apporter de l'apaisement immédiat, selon les besoins au fil des rencontres.



OBJECTIFS

AUX COMPOTES :

Se retrouver autour d'un verre pour faire connaissance et créer du lien !

Ne pas rester seul lorsque ca fait mal ! Un être cher manque, un éloignement, une séparation, la solitude paise... retrouvons-nous, écoutons-nous et créons du lien !

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	09-06-2026	09:00	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	23-06-2026	09:00	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	07-07-2026	09:00	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE