



INFORMATIONS



Visio-conférence



Début le lundi 15 février 2021



DURÉE : 02:00

Prix : **5.00 €**

PROFILS : Praticien en hypnothérapie et en Reiki

PRE REQUIS :

A distance : avoir un ordinateur, une tablette ou un smartphone (utilisation de la plateforme Zoom). Afin de suivre la conférence dans de bonnes conditions, il faut impérativement une bonne connexion internet.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 5SL936

DESCRIPTION

La société, les réseaux sociaux ou même l'avis des autres, nous montre à quoi ou à qui nous devons ressembler. Alors qu'un facteur essentiel est oublié : le rôle de nos émotions qui ont une importance primordiale dans notre quotidien et dans leurs rapports majeurs avec notre poids.

Cette conférence mettra en lumière les émotions dans le comportement alimentaire et vous permettra de comprendre et d'identifier ce qu'est le poids mental et le poids émotionnel.

Différentes clefs et outils vous seront dévoilés pour une aide et accompagnement en développement personnel et Hypnothérapie.



Le rôle des émotions dans le comportement alimentaire



M. FEST Sébastien

OBJECTIFS

Cette conférence vous permettra de :

- Comprendre le rôle des émotions dans notre comportement alimentaire
- S'interroger sur son propre rapport à l'alimentation et au poids
- Accepter de vivre ses émotions sans culpabiliser

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	15-02-2021	19:15	02:00	VISIO-CONFERENCE