

Burn-out : sortir de l'isolement...

Dernière mise à jour : 03-01-2018

Burn-out : sortir de l'isolement et... rebondir.

Burn-out ... la maladie du « trop » et du « pas juste ».

(A. Everard, « Guide du burn-out. Comment l'éviter ? Comment s'en sortir ?). Groupe de parole. Animatrice : Nathalie Didion, conseillère conjugale et familiale.

Un lieu pour ... s'apercevoir que : « JE NE SUIS PAS SEUL » ; être écouté dans sa souffrance ; échanger et partager les ressources de chacun ; renouer des liens sociaux.

Où & Quand ?

A Mont, Centre médical Médimeuse, rue du Fraichaux, 5,
un lundi par mois (12 février, 12 mars, 9 avril, 14 mai, 11 juin et 2 juillet 2018), de 19h30 à 21h30.

Ou encore à Namur, Maison de l'Ecologie, rue Basse Marcelle, 26
(www.maisonecologie.be), un mardi par mois (30 janvier, 27 février, 27 mars, 24 avril, 22 mai et 19 juin 2018), de 19 h 30 à 21 h 30

Coût : 120 euros pour le cycle de 6 séances - PDF

Infos & Inscriptions – natha.didion@gmail.com– GSM 0473/245 281- www.maisonecologie.be Inscriptions limitées à 8 personnes