



CAMPUS
DE LA
SANTÉ
MENTALE[®]
& QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

Les **ATELIERS**



octobre à décembre 2022



16 rue Germaine Tailleferre
37200 TOURS

Stationnement :
Heure Tranquille
Cinéma CGR des Deux Lion



30 €/pers.



La guidance parentale

Cet atelier s'appuie sur les travaux de Siegel (expert mondial du cerveau de l'enfant, drdansiegel.com) et les dernières découvertes en neurosciences.

Pourquoi est-ce si important ? Un enfant « attaché » de manière sécurisée à son parent aura :

- Une meilleure gestion émotionnelle
- De plus grandes compétences relationnelles
- De plus grandes performances cognitives (attention, mémorisation, priorisation, etc.)

Comment créer ce lien sécurisé ? En offrant à son enfant :

- Protection
- Autonomie
- Réconfort
- Confiance

Cet atelier a pour objectif de vous apprendre ces principales postures parentales.

Animé par ADAM Karine



Être parent d'un enfant LGBTQ+

Lors de cet atelier, je vous propose un espace bienveillant d'écoute pour parler de votre ressenti en tant que parent d'un enfant LGBT.

Mais également un lieu où vous pourrez découvrir des termes et des notions vis à vis du vécu de vos enfants.

Animé par BERTRAND Léo



Le désir

Désir ardent, désir absent !

Qu'est-ce que le désir ? Comment mieux le connaître ? Comment le faire durer ? Autant de questions qui restent très souvent en suspens...

Je vous invite à venir échanger dans un cercle réservé aux femmes où la parole s'ouvre en toute bienveillance.

Animé par LAQUERIERRE Laëticia



Gérer ses émotions

A tout moment, nous pouvons ressentir diverses émotions, plus ou moins fortement. Les émotions ont toutes une utilité, mais parfois, elles peuvent nous envahir, nous déborder, entraver notre fonctionnement.

Tour d'horizon des émotions, et petites « astuces » pour tenter de composer avec elles.

Animé par FERIAU Anaïs

**Tous nos ateliers se terminent autour
d'un verre pour célébrer la santé mentale !**

Inscriptions

Réservez votre place par sms au 06 50 20 66 67 (Nom, Prénom, nom de l'atelier). Vous serez rappelé.e.

L'équipe



ADAM Karine
Psychologue



BERTRANT Léo
Psychologue



FERIAU Anaïs
Sexologue



LAQUERIERRE Laëticia
Psychologue

Nous contacter

✉ Karine.adam@psychologue-tcc.com

☎ 06 50 20 66 67

🌐 www.psychologue-tcc.com

**SCANNEZ POUR ACCÉDER
DIRECTEMENT À NOTRE SITE**



