

ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES SENSIBLES

Enfants · Adolescents · Adultes

**Accompagnement individuel
Ateliers neuro-olfactifs
Groupe de parole**

*Un espace pour mieux vous comprendre,
vous apaiser et vous recentrer.*

*Un accompagnement respectueux de votre
sensibilité, pour en faire une ressource
au quotidien.*

39 rue de révol 64400 Oloron Sainte-Marie

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Un accompagnement thérapeutique en 5 séances
pour mieux comprendre votre sensibilité

Laurence Vandoorne – Thérapeute systémique

- autotests et repères de compréhension
- exploration sensorielle, émotionnelle, relationnelle et cognitive
- identification de vos stratégies d'adaptation et de vos ressources
- soutien à la régulation émotionnelle et corporelle

50 € / séance (1h)

ATELIERS NEURO-OLFACtIFS

Créez votre trousse personnalisée de secours émotionnel
3 ateliers autour des huiles essentielles,

Stéphanie Hersant – Herbaliste & Thérapeute

Un outil neuro-olfactif de soutien et d'accompagnement pour

- renforcer votre sécurité intérieure
- vous détendre et vous régénérer
- disposer de ressources concrètes à utiliser au quotidien

50 € / atelier (2h) - 8 personnes maximum

GROUPE DE PAROLE MENSUEL

Un espace de soutien, bienveillant et sécurisant pour

- partager votre vécu
- vous sentir compris-e
- sortir de l'isolement
- rencontrer d'autres personnes sensibles et créer un réseau de pairs aidants

Chaque 1er mercredi du mois 19h – 20h30

Tarif libre - 8 personnes maximum



Laurence
Vandoorne



INFORMATIONS & RÉSERVATIONS
06 17 58 92 79



Stéphanie
Hersant