



OUTILS POUR MIEUX ACCOMPAGNER LES PUBLICS EN DIFFICULTE

Atelier n° 1- La gestion du stress et des émotions*



Lundi 19 juin 2023 de 9h30 à 11h



Visioconférence

Un lien de connexion sera transmis sur inscription

OBJECTIFS :

Mieux comprendre les mécanismes qui interviennent dans la gestion des émotions et du stress

Découvrir quelques outils permettant d'être plus serein-e au quotidien

Être en capacité de mieux accompagner des publics en situation de fragilité



Intervenante :

Anne Gaële LICHOSIEK,
naturopathe diplômée
Euronature



Public concerné :

Agriculteurs ou acteurs ruraux pratiquant de l'accueil social ou accueillant des publics en difficulté

Atelier n° 2- L'alimentation au service de la santé et du bien-être*



Mardi 04 juillet 2023 de 9h30 à 11h



Participation gratuite,

prise en charge par
Accueil Paysan

OBJECTIFS :

Découvrir les bases d'une bonne alimentation pour une bonne santé

Repérer les aliments susceptibles d'agir sur le stress et l'excitation



Participation limitée à

10 inscrits maximum
pour chaque atelier

* Bien que complémentaires, ces deux ateliers peuvent être suivis indépendamment l'un de l'autre.



Inscription obligatoire :

hautsdefrance@accueil-paysan.com | 06.52.13.54.10

Accueil Paysan Hauts de France

01 rue du moulin - 59 190 HAZEBROUCK – Tél : 06 52 13 54 10

hautsdefrance@accueil-paysan.com | www.accueil-paysan.com