



ATELIER



AUTO-HYPNOSE

Déroulé des seances :

5 séances de 2h

60 ans et +

L'autohypnose, comme l'hypnose fait appel à des processus de visualisation et de suggestions, qui permettent de mieux gérer une situation notamment :

- De douleurs
- D'anxiété
- De troubles du sommeil
- D'autres problèmes ou pathologies

Tous les mardis du 04 novembre 2025 au 09 décembre 2025

De 15 h 00 à 17 h 00

Béguinage du Soleil
14 rue de villelongue dels monts
66 100 Perpignan

Renseignements et inscriptions AT 66 : 07 77 96 21 42

La Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie 66

Avec le soutien de la

