



Prendre soin de soi pour mieux accompagner l'autre

Lundi 20 Mai 2019

De 9h45 à 16 h30



Dans les locaux d'Albatros 33 Rue pasteur 69007 LYON

Matin de 10 h à 12 h

Identifier les EMOTIONS

- Comment les verbaliser ?
- Qu'est ce qui peut m'aider à les comprendre ?
- Dans quel contexte ?

Repas Partagés



Repas partagés en toute convivialité

Après-midi de 13 h30 à 16 h 30

Développer les 5 sens (Principe VAKOG)

- Visuel, ce qu'on voit, les images
- Auditif, ce que l'on entend, les sons
- Kinesthésique, ce que l'on peut toucher ou faire, ressentir
- Olfactif, ce que l'on sent, les odeurs
- Gustatif, ce que l'on goûte, les saveurs

Bonne journée