



ligue vaudoise contre le cancer

DES CLÉS POUR MIEUX GÉRER LE STRESS

LAUSANNE – 1^{er} SEMESTRE 2018



Comment gérer ses émotions pendant et/ou après la maladie ? La Ligue vaudoise contre le cancer (LVC) vous propose un cours qui, en toute confiance et sécurité, vous permettra de mieux comprendre vos peurs ou émotions négatives (culpabilité, etc.). Au programme : des techniques de détente et de gestion du stress qui pourront ensuite être mises en pratique au quotidien.

POUR QUI ?

Les personnes atteintes de cancer

QUAND ?

Les lundis 26 mars / 23 avril / 28 mai 2018

Horaire: de 13h30 à 17h00

Possibilité de suivre une seule séance

OÙ ?

Ligue vaudoise contre le cancer (LVC)

Place Pépinet 1 (7^e étage) - 1003 Lausanne

ANIMATION

Yasmina Schmidt, intervenante sociale et Gestalt-thérapeute

TARIF

CHF 10.- par séance

NOMBRE DE PARTICIPANTS

10 personnes

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Yasmina Schmidt, intervenante sociale

mail : y.schmidt@lvc.ch – tél : 079 511 33 22

Pour plus d'informations :

www.lvc.ch

Ligue vaudoise contre le cancer (LVC)

Place Pépinet 1 - 1003 Lausanne

Tél. 021 623 11 11 - info@lvc.ch

