

PROGRAMME DE L'ÉVÉNEMENT

CRÉER LE LIEN, PARTAGER NOS ÉMOTIONS
le 19^{ème} en action !

10h - 11h

Accueil et présentation de la journée

10h30 - 12h

- Atelier Qi Gong en plein air
- Groupe de parole : « Comment prenez-vous soin de vous ? » animé par Psy Nomades

10h30 - 12h30

- Ateliers forces de caractère chez les enfants et les adolescents, animés par le CRIPS

10h30 - 11h30 & 11h30 - 12h

- 2 créneaux de cours de yoga dédiés aux femmes

10h - 13h

- Atelier d'art thérapie animé par l'EPOC

PAUSE DÉJEUNER

13h - 14h

- Atelier Qi Gong en plein air
- 2 ateliers (enfants / adultes) sur la gestion du stress et des émotions, animés par Psy Nomades

14h - 17h

- Ciné débat intergénérationnel autour du film Flow sur la gestion des émotions et de la résilience, animé par Espace Résilience



Présence de stands tenus par des professionnels de la santé mentale, l'UNAFAM, le Conseil Local de Santé Mentale.

**La Maison
des réfugiés**

10bis rue Henri Ribière - 75019 Paris

23.04.25

10h-17h