



# Conférence Santé en visio via Zoom Mercredi 17 novembre 2021, 20 heures

## L'Intelligence émotionnelle

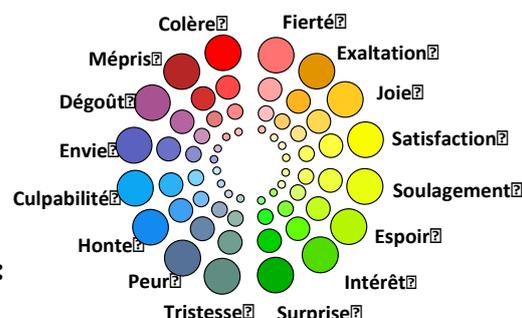
Sophie Mougenot Certification QEPRO- Intelligence émotionnelle,  
DE arts martiaux, Formation yoga, méditation

L'intelligence émotionnelle : une softskill, une compétence incontournable et essentielle pour l'épanouissement et l'adaptation à la complexité de notre environnement.

Venez découvrir comment identifier, interpréter, ajuster et réguler vos émotions et celles des autres.

Des outils concrets d'applications vous seront aussi proposés :

- Exercices d'observation, d'analyse
- Mouvements et postures physiques en conscience,
- Visualisation
- Micro méditation...



Inscription paiement en ligne sur le site [www.solidarite-homeopathie.org](http://www.solidarite-homeopathie.org)

**Adhérent : Gratuit** – (sélectionner le produit « Adhérent Visioconférence « Intelligence émotionnelle » - montant 0€).

**Non adhérent : 10 euros** – (sélectionner le produit « Non adhérent Visioconférence « Intelligence émotionnelle » - montant 10€).

Téléchargez et Gardez précieusement le lien fourni lors du paiement.  
Un autre renvoi n'est pas prévu.

Adhésion annuelle SH 2021 : 30€ (15€ : étudiants et personnes en difficulté – 50€ famille)

Contact : 06 07 48 13 7 - [shlyon@orange.fr](mailto:shlyon@orange.fr)