****

**Atelier de groupe thérapeutique
Souffrance au travail
stress chronique, *burn out*, harcèlement moral
et manifestations psychosomatiques**

 **les mercredi de 13h à 14h30
1 pack de 5 ateliers : 5 mai – 12 mai – 19 mai – 26 mai – 2 juin 2021**Au travail, je me sens en danger, sur le qui-vive, je ne trouve plus le temps de manger et rentre tard du travail, je me fixe des objectifs inatteignables, je fais des cauchemars, je n’ai plus d’énergie, plus de vie sociale…
 Je ne me sens seul, pas soutenu...
Qu’est-ce qui ne fonctionne plus, qu’est-ce qui s’est dégradé ?
Le monde du travail nous impose de sortir de nous-mêmes en permanence, nous sommes sans cesse confrontés aux autres et dans le devoir d’interagir.
Mais quelles sont nos ressources ? Et où les puiser ?
Au-delà de la médecine du travail et des médecins traitants, la psychothérapie de groupe propose des solutions : il faut en parler et ne pas rester seul face à sa souffrance.
Pour retrouver un réel engagement possible au travail dans le respect de ses valeurs.
Et retrouver du sens dans ses entreprises futures.

**Intervenants**
**Nathalie Uzan, psychothérapeute agréée par l’Agence régionale de santé
Carole Fournaise, conseillère agréée en fleurs de Bach
Margaux Honoré, chiropracteur
et docteur science du sport, de la motricité et du mouvement humain
Dominique Lyon, praticien shiatsu et Qi Qong
Béatrice Wenclaw, sophrologue et praticienne en méditation de pleine conscience
Evelyne Revellat, sophrologue, praticienne en EFT et en thérapie fréquentielle**

**Tarif
1 pack de 5 ateliers : 250 euros par participant (groupe de 5 personnes)**
**Adhésion annuelle au Pôle santé pluridisciplinaire Paris Est (PSP Paris Est) : 25 euros
Inscriptions obligatoires auprès de Carole Fournaise au 06 24 69 14 93/SMS ou par mail :** **carole.fournaise@pole-sante.fr** **Lieu : Khépri Santé, 4e étage, salle 1**