

# CAFE – NATURO RENNES

## Gestion des EMOTIONS



Avec  
**Georges SCUDELLER**

Naturopathe MTE, homéopathie

[www.monnaturopathe.fr](http://www.monnaturopathe.fr)

&

**Annie Gruel**

Infirmière Relaxologue, auteur

Notre vie est faite d'émotions. Selon la conception des médecines traditionnelles, les maux du corps ont souvent (dans 80% des cas) une cause psychique ou psychosomatique. A quels ressentis sommes-nous le plus sensibles ? Certaines situations nous apportent, de façon parfois récurrente, du stress ou des réactions physiques. Des moments forts de la vie semblent indélébiles.

Disons que nous ne sommes pas responsables de nos émotions, mais que nous sommes responsables de l'évolution que nous leur donnons.

Alors, que veulent dire ces émotions ? Peuvent-elles nous être utiles ? Comment éviter les situations inconfortables ? Comment limiter l'impact d'un deuil, licenciement, accident, séparation, ... ?

Vous recherchez des solutions thérapeutiques éprouvées, qui vont pouvoir agir sur les mémoires cellulaires réactionnelles, et permettre de prendre de la distance pour mieux gérer les situations prévisibles ou subies.

Vous souhaitez partager vos expériences, prendre soin de votre santé, ou, discuter de votre point de vue avec des personnes confrontées aux mêmes questionnements, ...

Alors, rejoignez-nous pour des échanges libres et éclairés le :

**Jeudi 15 Novembre 2018 – à partir de 18h30**

En salle privée de l'HOTEL des LICES, 7 place des lices, 35000 Rennes (tel : 0299791481)

**Participation : 5€**

Informations complémentaires auprès des animateurs

[Gruel.annie@orange.fr](mailto:Gruel.annie@orange.fr)

ou

[g.scudeller@monnaturopathe.fr](mailto:g.scudeller@monnaturopathe.fr)