



Ateliers : "Corps et Esprit respecte-toi"
**4 séances pour parler de l'estime de
soi et du rapport à son corps.**

**Quand ? les 15, 21, 28 septembre 2026
et le 26 octobre de 13h30 à 15h30**

Où ? à la salle Oremus place Jean Jaures 1, 4040 Herstal

**Animés par Christelle Nols (coach en vie affective) et Delphine Oger
(psychologue de première ligne)**