



Conférence - Virabhadrasana

Thématique Stress

Trouble de stress post-traumatique - colère - violence

Réservez votre place

Valide jusqu'au 18 octobre 2021

Questions

- Si j'ai de la **fatigue chronique**, est-ce que ça peut-être due à un traumatisme que j'ai vécu enfant?
- Si je souffre de **boulimie**, est-ce possible que j'ai été traumatisé plus jeune?
- Si j'ai des **obsessions**, de **compulsions** tel me laver les mains trop longtemps et souvent, **vouloir tout contrôler**, est-ce que ces actions disproportionnés peuvent être du à un trauma?
 - La réponse a toutes ces questions: **Oui, c'est possible d'apprendre à vivre en harmonie avec un trauma.**
- Est-ce que de **parler de la violence engendre la violence**?
- **Les chocs post traumatiques sont violents** et donc si on parle de ce trauma, cela accentue et nous fait revivre des évènements qu'on veut oublier.
- Et le syndrome du '**Pas dans ma cour**', est-ce une solution?

Quatre expert-e-s et en yoga thérapeutique, des experts professionnels sont au rendez-vous

- Rencontrez et discutez avec nos professionnels
- Ayez la réponse à vos questions. Demandez votre question, celle que vous
- Écoutez des trucs et astuces pour gérer des situations complexes
- **La peur cogne à votre porte**, qu'est-ce que vous faites?

La conférence a lieu le 10 novembre 2021

Midi heure de l'Est du Canada - à 18 heure, heure de Paris

Tous les [détails sur cette page](#)

Les traumatismes - 25 \$CA - 16 EU valide jusqu'au 18 octobre 2021