

## Gestion des émotions

E-learning - 9 modules - Plateforme pédagogique inovante en accès libre - Temps estimé par module 4h

Visio-Conférence en direct avec votre formatrice

Module 1 - A l'origine des émotions	E-learning
Module 2 - Le lien entre les émotions et nos expériences	E-learning
Module 3 - Relation entre sommeil et variabilité émotionnelle	E-learning
Module 4 - Les émotions ne sont pas nos ennemies !	E-learning
Module 5 - Alimentation et émotion, une longue histoire	E-learning
Module 6 - Relations aux autres et émotions	E-learning
Module 7 - Emotions et famille : quels héritages ?	E-learning
Module 8 - Les arts sculptent les émotions	E-learning
Module 9 - Le sens, le contenu et la forme	E-learning

Séance de coaching - Etape 1	<b>mardi 23 avril 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 2	<b>mardi 14 mai 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 3	<b>mardi 28 mai 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 4	<b>mardi 11 juin 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 5	<b>mardi 3 septembre 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 6	<b>mardi 17 septembre 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 7	<b>mardi 1 octobre 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 8	<b>mardi 15 octobre 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel
Séance de coaching - Etape 9	<b>mardi 29 octobre 2024</b>	19h30 - 21h30	Jeanne HOUSSEMAINE	Distanciel