

Je craque pour le sucré



Comment échapper à l'attrait irrésistible pour les pâtisseries, les bonbons, les glaces et autres douceurs sucrés ?

Du plaisir de savourer au comportement compulsif, le piège de la dépendance s'est installé.

Notre meilleure volonté s'avère bien impuissante face à la tentation, et nous nous retrouvons désespéré(e), avec en plus culpabilité, honte, voire mépris de soi qui ajoutent à notre désarroi.



Les pratiques psycho-énergétiques permettent de déjouer les ressorts de ces mécanismes inconscients.

Cet atelier sera aussi l'occasion de découvrir la puissance de ces nouveaux outils pour ceux qui ne les connaissent pas encore



Dans la série des **Ateliers à Thème** de **Johanne Desterel**.

Renseignements et inscriptions auprès de :

Johanne DESTEREL tél. **05 53 68 09 00**

mail : jod470@orange.fr site : <http://eft-autonomie.eklablog.com>