



MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

PAR CATHERINE DEWÉ
PSYCHOLOGUE, PSYCHOTHÉRAPEUTE
certifiée MBCT (UCL)



Cycles de 8 semaines
les lundis de 18h30 à 21h00



Informations complètes et inscriptions
WWW.PSYCHOLOGUE-DEWE.BE

ENTRAÎNE LA PRÉSENCE À L'INSTANT
POUR RÉGULER LES ÉMOTIONS
ET L'HUMEUR DÉPRESSIVE

PRÉVENIR LES RUMINATIONS ET
L'ANXIÉTÉ, SOULAGER LES DOULEURS
CHRONIQUES, AUGMENTER LA VITALITÉ

PROFITER DE LA
JOIE D'ÊTRE
EN VIE



CENTRE
PEPS

rue du Chera, 53, 4000 Liège
0495 110 831 • www.peps-e.be



Informations complètes et inscriptions
WWW.PSYCHOLOGUE-DEWE.BE

 DeweCatherinepsychotherapeute