



Invitation à une journée à thème autour de la dépression, le 28.10.2017

Une initiative dans le cadre de la campagne de l'Organisation Mondiale de la Santé « Dépression parlons – en »

Au Luxembourg, les personnes atteintes d'une dépression peuvent faire appel à un large éventail d'aides. Mais bon nombre de personnes ainsi que leurs proches ne savent pas comment agir et à qui s'adresser en cas de besoin d'aide.

Dans le cadre de la prévention et de la lutte contre la dépression, l'ALIPS vous propose une journée à thème, samedi, le 28 octobre 2017. Le programme comprend beaucoup d'informations ainsi que des ateliers pour mieux comprendre et soigner la dépression.

Adresse du jour :

Centre Arend-Fixmer - Les Etangs.
33, Rue de Larochette, L-7661
Medernach

Frais de participation :

27€ par personne, déjeuner et café inclus

Les personnes concernées ainsi que leurs proches et toute personne intéressée peuvent s'inscrire jusqu'au 16.10.2017.

La garde de vos enfants sur place est assurée.

Programme de la journée à thème

9.30h :	Accueil
10.00h :	Introduction
11.00h-12.30h :	Ateliers
13.00h-14.00h :	Pause déjeuner
14-00h-15.30h :	Atelier
15.30-16.00h :	Clôture

Thèmes des ateliers :

- renforcer l'estime de soi
- apprendre à organiser son quotidien de façon utile
- découvrir et développer une conscience de ses propres ressources personnelles et sociales
- alimentation saine

Le formulaire d'inscription ainsi que plus d'informations se trouvent sur notre site internet : www.alips.lu.

