

**Alexandra
vous propose
des séances d'hypnothérapie**

L'hypnose comme outil d'aide au changement



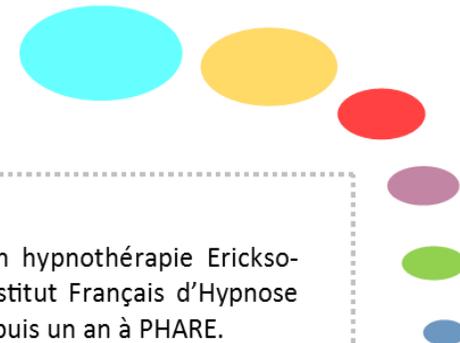
Sur Rendez-vous

Le mardi de 12h à 16h
Le mercredi de 9h30 à 17h30

5 rue Guillaumot- 75012 PARIS
Métro : gare de Lyon, sortie n°9
Tel : 01.42.66.55.55
secretariat@phare.org

Personnes concernées :

Jeunes en situation de mal-être
Parents en difficulté
Parent d'enfant suicidé



Alexandra est diplômée en hypnothérapie Ericksonienne et humaniste à l'Institut Français d'Hypnose Ericksonienne. Bénévole depuis un an à PHARE.

Le but de l'hypnose est de plonger au cœur de son inconscient afin de permettre à la personne de revisiter sa réalité et la manière dont celle-ci est perçue.

L'état d'hypnose permet un traitement plus profond des symptômes tout en gardant à distance les émotions négatives liées.

Il s'agit d'apprendre à l'inconscient d'autres manières de faire, plus adaptées face à une situation donnée et ainsi permettre un soulagement de la souffrance.

Dans une perspective de changement, l'hypnose est utilisée pour son action sur les comportements, les compulsions, et la gestion des émotions, le sommeil ou encore la gestion du stress.

Accès aux séances

sous condition d'adhésion : 35 €

Contribution volontaire

Retrouvez toutes nos actus sur :
www.phare.org  