

# *Les femmes, leur relation au corps et les troubles alimentaires*

**Quelles sont celles d'entre nous qui n'ont jamais fait de régime ?**

**Combien d'entre nous se sentent bien dans leur corps ?**

**Qui s'est déjà demandé si sa relation avec la nourriture était saine ?**

**Au cours de ces différents ateliers, nous allons évoquer la question du regard que l'on porte sur soi-même, afin de mieux comprendre cette relation si particulière que nous entretenons avec notre propre corps.**

**Nous parlerons des différents types de troubles alimentaires, afin de les définir et de briser certains mythes qui sont véhiculés par la société.**

**Nous utiliserons différents outils qui nous permettront de mieux comprendre l'impact de notre rapport à la nourriture sur notre quotidien.**

**Parce que le bonheur passe par l'acceptation de soi.....**

**Gratuit pour les membres. 8 places disponibles**

***Informations & inscription à La Colombe***

***9 rue Liboiron, Sainte-Agathe-des-Monts***

**819-326-4779**

