

Centre de services et activités pour les personnes de 50 ans et plus
des Basses-Laurentides

CONFÉRENCES DE L'UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE – COURONNE NORD
DONNÉES AU CENTRE 50+BLAINVILLE

Thème général : Penser autrement et vivre heureux

Avec Guylaine Parent, M. en psychologie des relations humaines

(durée totale : 10 heures)

Ce que l'on pense détermine en grande partie ce que l'on ressent. L'art de vivre heureux repose, entre autres, sur la capacité à identifier ses modes de pensée toxiques, ses biais perceptuels et ses croyances irrationnelles, et à les modifier au profit d'un mode de pensée plus souple, plus ouvert, plus constructif et plus résilient.

C'est la démarche que vous propose cette série de quatre conférences.

1. Mardi 17 septembre, de 9h30 à 12h00
2. Mardi 24 septembre, de 9h30 à 12h00
3. Mardi 1er octobre, de 9h30 à 12h00
4. Mardi 8 octobre, de 9h30 à 12h00

MODALITÉS D'INSCRIPTION, pour la série des quatre (4) conférences :

1. Remplir le formulaire électronique, à compter du 12 août, sur le site Internet suivant : www.usherbrooke.ca/uta/crn/. **Premier arrivé, premier servi !**
2. OU remplir le formulaire d'inscription de l'UTA (disponible au Centre) et le poster à :
UTA – Couronne Nord
Maison du Citoyen
184, rue Saint-Eustache
Saint-Eustache (Québec)
J7R 2L7
3. **L'UTA fait des appels téléphoniques SEULEMENT si une conférence est reportée ou annulée.**
4. **Droits de scolarité : 60\$ pour les 4 conférences – Ne pas envoyer de paiement : attendre de recevoir l'état de compte de l'Université de Sherbrooke.**
5. **Information :** Nicole Collin, registraire (579-633-1010)
uta.couronne-nord@usherbrooke.ca

DATE LIMITE D'INSCRIPTION, le jeudi 5 septembre 2019.