



ÉPUISEMENT ? COMMENT ME RESSOURCER DANS MON QUOTIDIEN

Apprendre à s'arrêter, observer et accueillir ses fatigues, faire des choix conscients, mettre en place le rythme de vie qui est juste et bon pour soi afin de se respecter.

Les enseignantes Corina Niederberger et Marie-José Briner invitent toutes les personnes qui souhaitent se ressourcer et retrouver leur bien-être à s'inscrire à ce cours.

COURS 2018

3 samedis à Morat de 9h – 17h

28 avril – 26 mai – 23 juin 2018

Lieu
Prix
Information
Inscription

Centre de Formation Judith Conus, Burg 40, 3280 Morat
450 fr. les 3 jours, maximum 12 participants
Corina Niederberger-Brühlhart 079 298 57 02
par le site ou par téléphone jusqu'au 15 avril 2018