



ÉPUISEMENT ? COMMENT ME RESSOURCER DANS MON QUOTIDIEN

J'apprends à m'arrêter, à observer mes fatigues mentales, émotionnelles et physiques, à faire des choix conscients afin de me respecter et mettre en place le rythme de vie qui est juste et bon pour moi.

Les enseignantes Corina Niederberger et Marie-José Briner invitent toute personne qui désire retrouver son bien-être à s'inscrire à ce cours.

COURS 2018

3 samedis à St-Antoine de 9h – 17h

28 avril – 26 mai – 23 juin 2018

Lieu

Prix

Inscription

Centre de Formation, Burgbühl 50, 1713 St-Antoine

450 fr. pour 3 jours, maximum 12 participants

jusqu'au 28 février 2018

corina.niederberger(at)psycho-kine.ch ou 079 298 57 02