



PROSPECTIVES

Agir pour la qualité de vie



APPRIVOISEZ VOS MAMMOUTHS !

*Moulins
(35680)*

Atelier pour apprendre à mieux
appréhender les situations stressantes

JEUDI 17/06/21

18h30 - 22h

Un atelier axé sur la pratique, afin que vous repartiez avec un panel d'outils à utiliser au quotidien pour apprivoiser et mieux gérer votre stress.

Animé par 2 membres de l'association : Muriel Laurent psychologue du travail, sophrologue et instructrice en méditation de pleine conscience et Raphaëlle Hermellin, psychopraticienne en EFT, médiatrice et intervenante en qualité relationnelle.

Durée : une demi-journée
Sur réservation - 60€ / participant

Nombre de places limité (dans le respect des mesures sanitaires)

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Raphaëlle Hermellin, coordinatrice | 06 59 02 70 91



www.asso-prospectives.fr



associationprospectives@gmail.com



Facebook / Prospectives



06 59 02 70 91