



Sophro-Centre, Neuchâtel

GESTION DU STRESS et PENSEE POSITIVE 2019

Ce cours offre de nouvelles techniques.

Envisager l'avenir avec confiance.

Vivre le présent avec conscience et ne rien perdre des bons moments de la vie.

Cours 1266 : mardi de 18h.45 à 19.h45 9 séances 180.-frs/ couple 340.-frs

15.- 22.-29.- janvier

05.- 12.- 19.- février

05.- 12.- 19.- mars

Cours 1267: Jeudi de 20h.- à 21h.- 9 séances 180.-frs/ couple 340.-frs

28.- mars

04.- 11.- 30.- avril

09.- 16.- 23.- mai

06.- 13.- juin