



Sophro-Centre, Neuchâtel

GESTION DU STRESS et PENSEE POSITIVE 2021

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 1273 : Mardi de 18h45 à 19h45 9 séances 180.-frs / couple 340.-frs

19.-26 janvier

02.-09.-16.-23 février / 16.-23.-30 mars

Cours 1274: Jeudi de 20h.- à 21h 8 séances 160.-frs / couple 300.-frs

29 avril

06.-20.-27 mai

03.-10.-17.-24 juin