



Sophro-Centre, Neuchâtel

GESTION DU STRESS et PENSEE POSITIVE 2022

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 1277: Jeudi de 20h à 21h 6 séances 120.-frs / couple 220.-frs

20.-27 janvier / 03.-10.-17.-24 février

Cours 1278 : Mardi de 18h.45 à 19.h45 6 séances 120.-frs / couple 220.-frs

15.-22.-29 mars / 05 avril / 03.-10 mai

Cours 1279 : Jeudi 20 à 21h 6 séances 120.-frs / couple 220.-frs

19mai / 02.-09.-16.-23.-30 juin