



Sophro-Centre, Neuchâtel

GESTION DU STRESS et PENSEE POSITIVE 2024

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 1287 : **Mardi** de 18h45 à 19h45 7 séances 140.- / couple 240.-

09-16-23-30 Janvier / 06-13-20 février

Cours 1288 : **Jeudi** de 20h00 à 21h00 7 séances 140.- / couple 240.-

14-21-28 mars / 18-25 avril / 02-16 mai

Cours 1289 : **Mardi** 18h45 à 19h45 7 séances 140.- / couple 240.-

21-28 mai / 04-11-18-25 juin / 02 juillet