



Sophro-Centre, Neuchâtel

## GESTION DU STRESS et PENSEE POSITIVE

### 2018

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 1262** : mardi de 18h.45 à 19.h45 6séances 120.-frs / couple 220.-frs

16.-23.-30.- janvier

06.-13.-20.- février

**Cours 1263**: Jeudi de 20h.00 à 21h.00 9 séances 180.-frs / couple 340.-frs

22.-29.- mars

19.-26.- avril

03.-17.-24.-31.- mai

07.- juin