

SANTE, SOLIDARITE, HUMANITAIRE, CITOYENNETE

A L'ECOUTE DE SOI

 29 DOMAINE DU GOLF DES CREISSAUDS
13400 AUBAGNE (<https://www.google.com/maps/?q=29++DOMAINE+DU+GOLF+DES+CREISSAUDS+13400+AUBAGNE>)

 Site Internet (<http://ecoutedesoi.blog4ever.com>)

 Renseignement: FIGUEROA Martine

 06 15 79 48 80

 Courriel

comment éliminer les conflits intérieurs dans la vie quotidienne pour retrouver bien être et joie de vivre: / - découvrir te de soi pour mieux comprendre les autres, apprendre à vivre dans l'instant présent. Apprendre à respirer correctement, à relâcher son corps, lâcher prise... Développer la pensée positive et transformer sa vie / - gestion du stress, confiance en soi, phobies, complexes, dépression ... Séances individuelles et collectives par sophrologue diplômée.

