

Avez-vous pris de bonnes résolutions - qu'en avez vous fait ?

Nous vous proposons de venir vous en rendre compte à travers des exercices ludiques pour soutenir cette trajectoire vers une transformation durable.



**Samedis 11 mars et 8 avril 2017
de 14h à 18h**

**Atelier animé par
Elisabeth Oger, sophrologue &
Maritta Sironen, thérapeute corporelle**

A la Maison de Quartier de l'Île, 2 rue Conan-Mériadec, Nantes.
Places limitées, réservation et informations au

**06 83 04 71 60
synergiebienetre@hotmail.fr**

Venez rencontrer le Je à travers le Jeu



Aller vers l'amour de soi nécessite de passer par la confiance et l'estime de soi pour opérer une transformation au niveau du corps, des émotions, de notre manière de penser ou les 3 à la fois !

Tarif: 40€ par séance de 4h

Maison de Quartier de l'Île
2 rue Conan-Mériadec

44200 NANTES

Tram 2 & 3, Chronobus C5,
arrêt Vincent Gâche

