

ATELIER

REFLEXES - BRAIN GYM® & KINESIOLOGIE

MIEUX GÉRER SES ÉMOTIONS ACCÉDER À SON PLEIN POTENTIEL

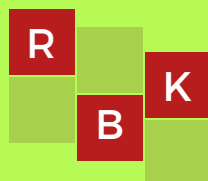
Quand tout va bien, c'est si facile !!
Quand tout nous presse, c'est déjà moins clair !
Gérer son stress et ne pas se laisser submerger
par nos doutes et nos peurs. À la maison comme
au travail.

Comment garder les idées claires et réussir à
hiérarchiser nos pensées ? Donner des priorités à
ce qui nous est demandé ?
Notre équilibre émotionnel sera au cœur de ces
ateliers.

Je vous proposerai plusieurs solutions parmi les
outils du Brain Gym et de la kinésiologie pour
vous aider à mieux gérer votre stress, vos
émotions et ainsi vous réapproprier votre
potentiel à vous organiser.

EN PRATIQUE

- ▶ Public concerné : adolescents et adultes.
- ▶ Durée : 1h15
- ▶ Tarif : **12€** par personne
- ▶ Lieu : **l'Aparté** 62A, rue Gambetta
- ▶ Inscription **obligatoire** par téléphone
- ▶ Nombre de places **limité**



KINÉSIOLOGIE
BRAIN GYM

LE LUNDI
SEMAINE PAIRE

18H30 - 19H45

À L'APARTÉ
COUTANCES



INSCRIPTIONS

Rébecca Zéboulon
Kinésiologue,
Animatrice et formatrice Brain Gym®
06.74.50.98.77
rebecca.zeboulon@gmail.com