



# SOPHROLOGIE



Plus d'estime de soi & de confiance en soi

*Temps de pratiques et temps  
d'échanges pour découvrir,  
(re)découvrir, la joie de prendre soin  
de soi, de mieux se connaître et  
d'avancer avec plus de sérénité*

Inscriptions avant le 16/03/2017

**Samedi 18 Mars De 8H30 à 12h30**

**A la MJC - Avec Karine Palley**

**Tarifs : 45 € (Adhérent), 50 € (Extérieur)**

Prévoir une tenue décontractée, bouteille d'eau et une couverture

m.j.c42@orange.fr – 04 77 27 39 60 – www.mjcbussieres.com