



ATELIERS DE SOPHROLOGIE « Proches aidant-e-s et personnes aidées »

Harmoniser vos émotions
Apaiser votre mental
Améliorer votre sommeil
Vivre plus d'harmonie...

Présentation gratuite et découverte de la sophrologie :
Mercredi 12 janvier 2022 à 15h30

Dates de cours : 26 janvier, 9 et 23 février, 9 et 23 mars,
6 avril 2022 à 15h30. Prix : frs. 110.--/pers et frs. 210.--/duo.

Informations auprès de : Marjorie Bachmann : 079 517 17 64
www.envoldupapillon.ch

Nadine Krebs Poncioni : 026 413 57 11
www.a-la-rencontre-de-soi.ch

Inscriptions au 026 347 12 93 ou
sportetformation@fr.prosenectute.ch



Lieu : Locaux de Pro Senectute
Passage du Cardinal 18, 1700 Fribourg