

LE STRESS, CE MAL-AIME !

LE STRESS, J'APPRENDS A LE GERER

LE STRESS, JE SOUHAITE LE MAITRISER



Conférence interactive animée par Isabelle Roulin

Diverses formations (notamment auprès de Rosette Poletti et son équipe). Plus d'infos : www.isabelleroulin.ch
Participez à cette réflexion et vérifiez si vous pouvez mieux gérer le stress pour gagner en sérénité.

« La réalité est la cause principale du stress – pour ceux qui la vivent » Jane Wagner
« Le respect, l'admiration et l'amour sont meilleurs moteurs que le stress, la sanction et l'incompréhension ». Olivier Sax

JEU 3 MARS 2016

ENTREE : FR. 15.-

20h00 La Maison Verte à Romont (en face de la gare)

RESERVATION : www.maison-verte.ch - 078 / 762.38.86

JEU 7 avril : oser demander de l'aide et apprendre à dire non