



Atelier découverte des pratiques bien-être

**Réalisons le tour
des pratiques bien-être
pour en révéler toutes leurs richesses**



**UN SAMEDI OU
DIMANCHE
PAR MOIS**

**MATIN OU
APRÈS-MIDI**

**4 À 8
PERSONNES**



Circonférence
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



06 42 64 03 94
www.circonference360.fr



Le programme

Comme un diététicien avec la nutrition, je vous accompagne pour identifier les pratiques et outils bien-être les plus alignés avec vos besoins.

Lors de cet atelier, je vous invite à découvrir un panel de 33 pratiques bien être.

Je vous éclaire pour comprendre pourquoi ces pratiques existent :
Quels sont leurs rôles, leurs fonctions, leurs bienfaits ?
Que peuvent-elles vous apporter concrètement ?

Des outils concrets et innovants pour :
Retrouver votre autonomie dans vos choix, en accord avec vos besoins
Sortir de votre cadre habituel pour découvrir de nouvelles richesses

Un livret récapitulatif vous sera remis à l'issue de la rencontre.

Les lieux

L'atelier du corps



13, avenue de la Mandallaz
74000 ANNECY

BFS Studio



3, avenue du Pré Félin
74940 ANNECY-LE-VIEUX

La maison Gaia



31, route de Frangy
74960 MEYTHET

Le tarif

ATELIER

40 €



Réservation

06 42 64 03 94 - circonference@hotmail.com
www.calendly.com/circonference360