



RÉDUIRE LE STRESS, C'EST POSSIBLE !

Apprivoiser
le stress et
les émotions
par la pleine
conscience

Programme
du 03.02 au 07.04.25



Séances d'info :

* **lundi 09.12.24**

* **lundi 13.01.25**

→ de 19h à 20h30

→ sur inscription



Marina Bresciani
Instructrice MBSR



📍 Bsports.Health
14, av. de la Basilique - 1082 Berchem-Sainte-Agathe

@ sante@bsports.be

☎ 0478 22 61 59