

Il est possible de nous rejoindre
en présentiel ou par Skype
à tout moment sur inscription.



RESTER ZEN MAIS COMMENT ?

L'apprentissage et la pratique de la méditation vous permettront
d'apprivoiser nervosité, peurs, doutes, anxiété, soucis ou toute
autre émotion présente.

- Découvrir vos besoins profonds
- Entrer en relation avec vous-même
- Apprendre à installer un calme bienfaisant
- Reconnaître votre sagesse intérieure
- Fortifier votre confiance

Marie-José Briner et Corina Niederberger invitent à ces rencontres, dans une
ambiance bienveillante, toutes les personnes qui désirent devenir plus sereines.

COURS 2020 - 2021

Les mardis de 17h30 – 18h30

sauf pendant les vacances scolaires fribourgeoises et jours fériés.
Toute mesure sanitaire suite au Covid-19 est respectée.

Lieu	Salle paroissiale, Rte de Fribourg 20, 1746 Prez-vers-Noréaz
Prix	150 fr. les 10 séances, paiement à l'avance ou 20 fr par séance, paiement sur place.
Inscription	corina.niederberger(at)psycho-kine.ch ou 079 298 57 02