

BIEN-ÊTRE MIEUX-ÊTRE

FoVea© Cycle 1 : Formation Vittoz à l'Expérience Attentive

Conférence découverte

(gratuite sur réservation)

Mardi 23 janvier 2018

18h – 19h

26, rue Boisdénier - Tours

Réservation au **06 27 44 12 58** ou
contact@fabienne-poupet.fr

-places limitées-

- Augmenter votre **bien-être** au quotidien
- Améliorer la **gestion de vos émotions**
- Développer votre **attention et concentration**
- **Goûter davantage à la Vie**, vous sentir plus « vivant »

**Venez vivre l'expérience de
Plaine Conscience VITTOZ
Avec Fabienne POUPET**

(vittoz IRDC



Programme de 8 séances de 2h le mardi de 18h à 20h
de janvier à avril 2018 (hors vacances scolaires)
à Tours centre, en petit groupe



Renseignements et inscriptions :

Fabienne POUPET : 06.27.44.12.58

www.fabienne-poupet.fr