

# SARP-salle municipale-

## CONFERENCE GRATUITE

par Alain PUJO (site: [lesateliersdalain.stgaudens](http://lesateliersdalain.stgaudens))

### DIMANCHE 13 Mars 14h30



**GEREZ votre STRESS**

**APPRIVOISEZ**

**VOS**

**EMOTIONS**

- **Découvrez l'EFT** (Emotional Freedom Techniques) technique énergétique-**à la portée de tous**- visant le soulagement d'émotions bloquées, de souvenirs traumatiques, la libération de blocages, de phobies, la réduction du stress...  
Technique permettant de travailler également sur les blessures émotionnelles héritées (cf Psychogénéalogie)
- **Découvrez La Méditation de Pleine Conscience** ( approche laïcisée) utilisée aujourd'hui pour **la réduction du stress**, dans les hôpitaux, les universités, les écoles, les entreprises ...et... **dans votre quotidien...peut-être ?...**

*Pour plus d'informations contacter Alain au 06 81 47 50 76 .*

\*\*\*\*\*Imprimé par nos soins \*\*\*\*\*