

Mit der Sophrologie den Stress hinter sich lassen

**Entdecken Sie, wie Ihnen die
Sophrologie helfen kann, mit Ihrem
Stress im Alltag besser umzugehen.**

Jeder Vortrag behandelt andere
spezifische Themen, stellt Fallbeispiele
vor und lässt sie einfache und nützliche
Übungen erleben.

**VOM 5.-16.
NOVEMBER
2019**

**EINTRITT :
OHNE FESTEN PREIS**

INFOS UNTER
WWW.SOPHROLOGIESUISSE.CH



NATIONALE
SOPHROLOGIE-TAGE

5.11 LAUSANNE

Cazard, rue Pré du Marché 15 — 18h30 à 20h30
Présence à soi, éducation, famille
Par Nathalie Besson, Sophie Méan, Denise Vez, Steve Pellaud

6.11 GENÈVE

Uni Mail*, salle MR070 — 19h à 21h
Education, sommeil, accouchement
Par Isabelle Roh, Jenny Carluccio, Annick Gonnelli Frei, Nicole Gisler
**L'Université est étrangère à l'organisation de cette manifestation*

7.11 DELÉMONT

Centre St François, rue du Vorbourg 4 — 19h30 à 21h30
Du stress chronique au burn out, comment y faire face.
Par Cécile Prêtre, Céline Derungs

9.11 BASEL

Alte Rumbfabrik — 10h à 12h
Sophrologie und Stress im Alltag
Par Jörg Schneider, Evelyne Vuilleumier

10.11 BIEL / BIENNE

Farelhaus
10h à 12h — *Sophrologie und Stress im Alter*
12h à 14h — *Sophrologie et le stress de vieillir*
Par Jörg Schneider, Cyrill Hofer

12.11 MARTIGNY

Salle du Vampire, rue des Petits-Epineys 7 — 19h30 à 21h30
Sophrologie en groupe, vie quotidienne, pour mieux réussir études, sport, arts
Par Claude Mader, Pascale Biollaz-Rodriguez, Hélène Chevalier

13.11 NEUCHÂTEL

La Maladière, salle de conférence — 19h30 à 21h30
Réinsertion socio-professionnelle, burn out, le stress familial
Par Laure Persoz-Guyot, Camille Raetz, Jeanne-Lou Haerberli, Claudia Sanchez, Ricardo Lopez, Christiane Boillat Frainier

14.11 SAIGNELÉGIER

Centre de loisirs, Hôtel Crystal — 19h30 à 21h30
Réinsertion socio-professionnelle, burn out
Par Christiane Boillat Frainier, Jeanne-Lou Haerberli, Camille Raetz, Laure Persoz-Guyot

14.11 FRIBOURG

HES Santé Fribourg — 19h30 à 21h30
Maternité, enfance, études, soins, sport
Par Nadine Krebs Poncioni, Marjorie Bachmann, Anne Ayer, Patrice Crausaz, Marine Coursimault

16.11 MORGES

Grenier Bernois, Place du Casino — 13h30 à 15h30
Présence à soi, éducation, famille
Par Nathalie Besson, Sophie Méan, Denise Vez, Steve Pellaud