



## TOUTES NOS PRESTATIONS 1er semestre 2021

### COURS HEBDOMADAIRES

---

*Je m'offre des cours en groupe pour progresser à mon rythme et me sentir bien au quotidien.*

- |   |                         |               |
|---|-------------------------|---------------|
| • Méditation des 3V en ligne              | Tous les lundis du mois | 18h30 à 19h10 |
| • Coaching pour femmes, en ligne ou au MC | Un mardi du mois        | 18h30 à 20h   |

### FORMATIONS EN PRESENTIEL OU VIA ZOOM

---

*Je m'offre une formation pour augmenter mon potentiel et améliorer ma vie dans plusieurs domaines.*

#### FORMATIONS POUR ADULTES :

- |                                     |                                    |           |
|-------------------------------------|------------------------------------|-----------|
| • Se libérer du stress              | Samedis 13 & 27 mars et 8 & 22 mai | 14h à 18h |
| • Atteindre ses objectifs et désirs | Samedi 13 février                  | 14h à 18h |
| • Plus de confiance et d'estime     | Samedi 17 avril                    | 14h à 18h |
| • Stop ruminations                  | Samedi 29 mai                      | 14h à 18h |

#### FORMATIONS POUR JEUNES :

- |   |                                |               |
|---|--------------------------------|---------------|
| • Mieux réussir ses examens                 | Samedis 27 février et 24 avril | 14h à 18h     |
| • Mieux réussir ses examens, 3 séances Zoom |                                |               |
| • jeudis 28 janvier, 4 et 11 février        |                                | 17h30 à 18h30 |
| • jeudis 15, 22 et 24 avril                 |                                | 17h30 à 18h30 |