



**Venez découvrir
l'expérience de l'auto-hypnose :
comment vous apaiser,
apprendre à vous explorer, à
modifier vos comportements...**

**Un jeudi par mois à Gignac la Nerthe
de 18h à 19h30 à 20 €
groupe de 3 à 6 personnes
renseignements : 06 51 52 55 49**



Mouvement & Équilibre