



ATELIER D'AUTOHYPNOSE TRANS'FORMATION




Thème : Relaxation profonde ressourçante

au DIAPASON

**Grande salle au 1^{er} étage de la boutique
La Magie des Minéraux
74 Rue Victor Hugo 31800 Saint-Gaudens**

Le jeudi 4 avril 2024 à 18h00

Un atelier de 2 heures

-  **Accueil avec un espace goûter-apéro en libre-service**
-  **Présentation de l'atelier**
-  **Séance guidée d'autohypnose avec ancrage pour retrouver le calme mental, la détente physique et diriger vers des pensées et actions positives en quelques secondes dans votre quotidien.**

Prix : 10 euros pour les adhérents au Diapason, 15 euros pour les non adhérents

**Inscriptions au 06 28 03 24 56
Marie-Paule Amiel**