

Pleine conscience et EFT



Comment mieux gérer vos émotions perturbatrices lorsqu'elles apparaissent ?

Comment transformer le stress en énergie et en sérénité ?

Deux méthodes abordées:

la « **pleine conscience** » qui consiste à apprendre à ramener son attention sur l'instant présent et **EFT ou pratique de libération émotionnelle**.

Samedi

1er octobre 2011

5 novembre 2011

4 février 2012 (cours de révision)

Morges - Place du Casino 1

de **9h30 à 12h00**

Fr. 55.-

Inscription en ligne ou par téléphone
Espace Prévention La Côte
Morges 021 804 66 44
Nyon 022 365 77 50
eplacote@avasad.ch
www.espace-prevention.ch



Pleine conscience et EFT

Conditions générales

Espace Prévention décline toute responsabilité pour les accidents ou blessures survenant pendant ou après les cours. Les participants sont seuls responsables de leur santé et condition physique.

Réservation

Vous réservez votre place par téléphone, par fax, e-mail ou directement sur notre site internet www.espace-prevention.ch. Le règlement du cours est à verser 10 jours, au plus tard, avant le début des cours. **Si l'effectif est insuffisant, l'Espace Prévention se réserve le droit de reporter ou de supprimer un cours.**

Prix des cours

Les prix s'entendent TVA 8% incluse.

Réductions et facilités de paiement

Les apprentis, étudiants, AVS, chômeurs et autres personnes à faible revenu, bénéficient d'un rabais de 15% dès que le prix du cours dépasse Fr. 100.-. Cette réduction n'est pas cumulable avec d'autres fa-veurs.

Renonciation après inscription

En cas de renonciation de votre part :

- Sans nous avoir prévenus, le prix des cours doit être honoré.
- Moins d'une semaine avant le début du cours, une participation aux frais d'inscription de Fr. 30.- est demandée. Pour cause de maladie prolongée, un remboursement des séances restantes est envisageable, sur présentation d'un certificat médical, déduction faite de Fr. 30.- de frais.

Un cours commencé est dû dans son entier.

Les séances manquées ne sont pas remboursées.



Inscription en ligne ou par téléphone
Espace Prévention La Côte
Morges 021 804 66 44
Nyon 022 365 77 50
eplacote@avasad.ch
www.espace-prevention.ch