

Parcours Cap sur la Joie

Cap vers la Joie est un parcours qui permet de prendre soin de soi et de retrouver une joie durablement. Un évènement en 4 étapes, co animé par Isabelle et Muriel, pour comprendre les émotions et ses besoins, fixer ses limites, sortir des schémas de pensées automatiques, activer sa créativité.
Avec le Journal créatif, la médiation animale, la CNV et d'autres outils concrets et faciles, nous vous transmettons toutes les clés pour un changement progressif et durable.
Des clés d'activation de Bien être, de créativité, de confiance en soi.
Ce parcours a lieu dans un lieu propice à la déconnexion extérieur, animé dans un cadre sécurisé et en pleine nature.
Des temps d'ateliers collectifs et de détente pour prendre soin de soi.9 janvier 2027
6 février 2027
Samedi de 14h à 17h

09/01/2027
06/02/2027
Adresse : Le nid aux Papillons
42, route des Sables, Le marot, 71430 PALINGES
Mobile : 06 14 67 82 09
Email : bienvenue@lenidauxpapillons.fr
Site internet : https://lenidauxpapillons.fr/