

# JOURNÉE pleine conscience

 **SAMEDI 23 MARS**  
**DE 9H30 À 16H30**

## DECONNEXION ET RECONNEXION AU DE LA VALLÉE HEUREUSE



### *Paser vos intentions*

**Anniversaire, EVJF/EVG, journée entre filles, Teambuilding, QVCT, cohésion d'équipe :**

Nous prendrons ensemble le temps d'écrire et de partager les intentions de votre journée !



### *Pratiques créatives*

**Pour partager :**

Au fil de la journée, nous ferons des pauses pour réaliser des pratiques de pleine conscience, créatives, en mouvement ...



### *Surprise sucrée !*

**Pour le plaisir :**

Une surprise (très) gourmande nous attendra au bord du chemin grâce **aux délices de la Chapelotte !**



## RÉSERVATION



**Christelle NORMAND**



Bosdarros, près de Pau (64)



**06 61 67 10 74**



<https://christellenormand.com/agenda-resa/>



**69 €** par personne



Organisée par **Christelle NORMAND** - Coach en parentalité et développement personnel

Avec la participation de **Les Délices de la Chapelotte**



Les Délices de la Chapelotte