

Journée bien-être au féminin

La commission des femmes de l'artisanat vous a concocté des ateliers bien-être à l'occasion de la Journée de la femme.

Une journée pour sortir de votre quotidien, votre stress, vos problèmes avec un seul et unique objectif : vous détendre en vous laissant guider par Rebecca ZEBOULON, kinésiologue et Céline AVOYNE, sophrologue.

Pensez à apporter tapis, coussin, plaid et venir en tenue confortable.

Jeudi 16 mars 2023

CAPEB | Coutances

Au programme :

9:30 Accueil petit déjeuner

10:00-11:30 Atelier Brain-gym

11:45 Témoignage du parcours d'une cheffe d'entreprise

12:30 Déjeuner

14:00-15:00 Atelier sophrologie



**INSCRIPTION OBLIGATOIRE
COUPON-RÉPONSE À RETOURNER
AVANT LE VENDREDI 10 MARS**

CAPEB de la Manche

ZI Château de la Mare | BP 90136 | 50201 COUTANCES Cedex

Tél. 02 33 19 10 60 | contact@capeb50.fr

Raison sociale : _____

Nom et prénom des participantes : _____

Téléphone : _____

Participera à la journée

Participera au déjeuner offert par la CAPEB