

POEBRA

17 février au 14 avril 2025

J'aurai le plaisir d'animer une nouvelle session du
Programme d'**O**ptimisation de l'**E**stime de soi, de la **B**ienveillance et de
Réduction de l'**A**nxiété mis au point par

Danis Bois.

L'objectif : apprendre de sa méditation avec l'appui un coaching hebdomadaire

Si vous souhaitez y participer, lisez la suite !



Ce programme a été scientifiquement évalué