



## Formats des conférences et formations

	Apprivoiser les forces du stress	Pensouillard le hamster, ou comment calmer son tapage dans notre tête ?	L'art de la reconnaissance	Du plaisir et du sens dans la vie de tous les jours...
CONFÉRENCE (60 à 90 min.)	X	X	X	X
ATELIER 1/2 journée (3 hrs)	X		X	
ATELIER 1 journée (6 hrs)	X			