



Yoga et Salutogénèse*

au Domaine de La Garde

avec

Christine Blom

salugen.ch@gmail.com 06 43 34 16 99

Les cours auront lieu le troisième
lundi du mois à 18hr, 15 euros la séance.

- Le 17 novembre
- Le 15 décembre
- Le 19 janvier
- Le 16 février
- Le 16 mars

Le site pour plus de détails:



*La salutogénèse est un concept développé par Aaron Antonovsky qui se concentre sur les facteurs favorisant la santé et le bien-être, plutôt que sur les causes des maladies. Elle met l'accent sur les ressources et capacités d'adaptation d'une personne face au stress.