



STAGE STOP-ANGOISSES

Vaincre l'Angoisse, c'est possible.

20-21 Décembre 2025

Formulaire d'inscription à renvoyer par mail : formation.niji@yahoo.com

Sylvain Mira Centre NIJI - 624 chemin des moulins - 32600 Pujaudran

Nom Prénom: _____

Profession: _____

Adresse: _____

@Mail: _____

Tél: _____

Lieu du stage : Centre NIJI avenue de toulouse 32600 Pujaudran

Tél :0606452943

Durée du Stage: 2 jours

Au programme:

- Comprendre les mécanismes de l'anxiété (et pourquoi elle persiste)
- Apprendre des techniques concrètes pour apaiser instantanément les crises
- Reconnecter avec votre corps grâce à des méditations énergétiques
- Partager, échanger sur vos problématiques en trouvant des pistes concrètes
- Reprogrammer votre mental pour retrouver la stabilité émotionnelle

Objectif: Apprentissage des techniques pour lutter contre les angoisses

Condition d'admission et public: Ouvert à tous, même sans expérience.

TARIF: 120€ (collations incluses) 60€ d'arrhes + 60€ au début du stage.

Inscription: Votre inscription est validée à la réception de ce dossier avec des arrhes de 60€ par chèque à l'ordre de Mira formation

Mail pour le dossier d'inscription: formation.niji@yahoo.com

Adresse d'envoi: Sylvain Mira 624 chemin des moulins 32600 Pujaudran

Organisation: *Chacun amène son repas de midi, nous nous occupons des collations. vous avez un micro-ondes et un frigo à disposition.*

Vous connaître:

Avez vous une expérience des retraites de Méditation ?

Objectifs personnels à la participation du stage:

Régime particulier ou intolérances alimentaires pour les collations:

Merci de nous informer de tout problème de santé.

Par la présente, J'atteste avoir une condition physique et psychologique adéquate pour participer aux activités de ces ateliers. J'atteste avoir pris connaissance accepté et paraphé les conditions générales de participation

Fait à _____ Le _____

Signature: