l'AGENDA des sorties

Retrouvez d'autres idées de sorties sur :
www.agenda-des-sorties.com

ATELIER : STOP INSOMNIE

à THIONVILLE dans la Moselle

- **Sortie Atelier bien être**
- Date : le jeudi 12 décembre 2019
- Adresse : 1 Rue Saint Martin,
- Organisateur : Eva Riveros
- Ref annonce gratuite : www.agenda-des-sorties.com/detail.php?id=190410

JE VEUX DORMIR !

Ancienne insomniaque chronique, j'ai compris comment canaliser mon mental trop envahissant et réduire les perturbateurs du sommeil. Quel bonheur de dormir ! Et de se rendormir quand on se réveille trop tôt !

Nous allons ensemble comprendre les différents types
d'insomnies et les solutions simples pour les contrer

Abonnez-vous à notre **Newsletter** et recevez chaque semaine le programme des manifestations de THIONVILLE pour les 8 prochains jours

Coordonnées GPS
Lat. : 49°21'19.59"N
Lng : 06°7'2.88"E