



Groupe de relaxation

Venez apprendre à vous détendre!

Méthode Jacobson, exercices de respiration, visualisation et autres techniques vous seront enseignées.

**Les mardis de 18 h à 19 h
du 3 octobre au 5 décembre 2017
au CSCE (841, rue Sydney, Cornwall)**

* Prévoyez une couverture et un coussin *

Information et inscription: 613 937-2683

Laurraine Brabant, M.A. S.C., PA

Sexologue-clinicienne, psychothérapeute autorisée



Centre de santé
communautaire
de l'Estrie

Chaque personne compte.
www.cscestrie.on.ca