



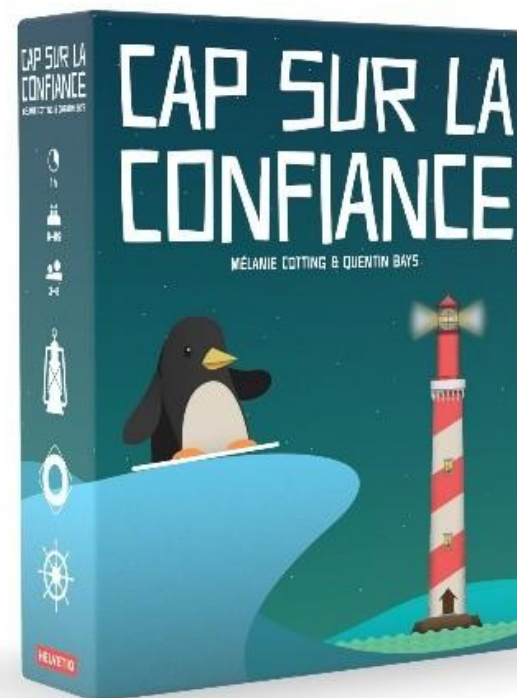
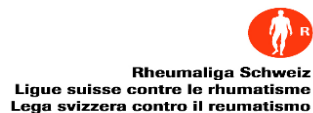
CAP SUR LA CONFIANCE

Date	samedi 7 novembre 2026
Horaire	de 10h00 à 16h30
Lieu	Centre Thérapies & Bien-être du Val-de-Ruz Rue Charles-L'Eplattenier 1 2206 Les Geneveys-sur-Coffrane
Intervenant	Mme Susanne Gijsman, Fondatrice et solopreneure de Extra Coaching - Coach psycho-émotionnel & coach certifiée pour le jeu Cap sur la Confiance

Une journée pour se reconnecter à ce qui fait du bien, pour découvrir ses forces et pour repartir avec des idées simples et puissantes afin de booster sa confiance. C'est exactement ce que propose cet atelier autour du jeu *Cap sur la Confiance*. Le groupe comptera 6 participants, afin de garantir un espace intime, sécurisant et profondément humain.

Dans ce cadre chaleureux, chacun explore ses ressources personnelles. Le jeu devient un support pour réfléchir autrement, partager, s'inspirer et identifier ce qui nourrit réellement la confiance au quotidien.

Prix membre :	CH 40.-
Prix d'associations partenaires :	CH 80.-
Prix public :	CH 135.-



www.extra.coach



[_extra.coach_](https://www.instagram.com/_extra.coach_)

Renseignements et inscriptions jusqu'au 29 octobre

ASF

Association Suisse des Fibromyalgiques

Valérie Notz

Rue du Village 13, 1424 Champagne/VD

Téléphone : +41 77 409 92 28 / du lundi au jeudi de 08h30 à 11h30

valerie.notz@suisse-fibromyalgie.ch - www.suisse-fibromyalgie.ch