



# AUTAN POUR SOI ATELIERS BIEN-ÊTRE



Vous manquez d'énergie, de petites douleurs se réveillent, le stress est votre quotidien, il est temps de vous offrir une petite parenthèse en participant aux ateliers Bien-Être organisés par Autan Pour Soi.

Vous pratiquez déjà avec Autan Pour Soi et vous souhaitez approfondir votre pratique ou découvrir de nouvelles activités, les ateliers Bien-Être répondent à vos attentes.