

# Conférence : une meilleure conscience, pour un mieux vivre.

On ne naît pas gros, et on ne corrige pas son excès de poids et la souffrance qui en découle par les seuls effets d'un régime.

Il n'y a pas de recette miracle pour transformer un corps dans lequel on souffre. C'est toute sa vie qu'il convient de diriger. Pour trouver l'épanouissement, chacun doit tracer son chemin. ☺☺

Jérôme TSCHIRHART

Vendredi 28 JAN  
**2022**  
**19H à 21H30**

AVEC :

**JÉRÔME  
TSCHIRHART**



Préparateur physique et mental de sportif professionnel.

Dans son livre : "Le poids de ma vie" il raconte son combat.

Séance de dédicace en fin de conférence



**Claire GRIFFANTI**

Sophrologue "Retrouver mon harmonie, en conscience"



**Peggy LUTHRINGER**

Thérapeute "Focus on : L'estime de soi"



**David DELL'AGLIO**

Conseiller en évolution professionnelle  
"Reconversion professionnelle"



**Sébastien GUY**

Technicien supérieur dans l'industrie  
"La promesse d'être heureux"



**Mathieu RINER**

Coach sportif "Savoir se pardonner"

**ENTRÉE  
LIBRE**  
Pass  
sanitaire  
obligatoire

La conférence aura lieu au foyer Saint Maurice  
au 21 Rue Henri Haefely de Pfastatt.

Suivez la conférence en live sur la page facebook de La Bobine

INFOS : 03 89 62 54 54 | [www.la-bobine.org](http://www.la-bobine.org)