

CONVITE

A Esfera tem o prazer de convidá-los para:

COFFEE MORNING + WORKSHOP SOBRE ESTRESSE

Você às vezes se sente estressado ao combinar suas diversas responsabilidades ou apoiando seus filhos a lidarem com o estresse? Não seria bom ser um pouco mais calmo?

Estamos felizes em convidar as famílias Esfera para um café da manhã e um bate papo para refletir sobre como lidar com o estresse e ser mais “mindful” com a coach Martine Hulsman.

14 de junho - 7h45 às 10h

* As vagas são limitadas e os interessados devem realizar suas inscrições na recepção da escola ou pelo e-mail recepcao@escolaesfera.com.br.



INVITATION

Esfera is happy to invite you to:

COFFEE MORNING + STRESS WORKSHOP

Do you feel stressed sometimes combining all different roles or supporting your children in dealing with stress? Wouldn't it be nice to be a little calmer?

We're happy to invite Esfera families for a breakfast and talk about how to deal with stress and how to be more mindful, with life coach Martine Hulsman.

June 14 - 7:45_{AM} to 10:00_{AM}

** Places are limited. Register at the front desk or by e-mail recepcao@escolaesfera.com.br.*

