

ZEN & Organisée !

Pour des mamans en quête de sérénité...

Vous vous sentez débordée ? Vous courez sans cesse après le temps ?

Comme bon nombre de mamans, entre le travail, les enfants, les activités, les devoirs, les courses, les repas, le ménage..., vos journées ressemblent à une course contre la montre ?

Depuis mars 2011, sur Montpellier et ses environs, **Zen et Organisée !** aide les femmes, en particulier les mamans débordées et stressées par les contraintes de la vie quotidienne, à se réapproprier leur emploi du temps et à mieux s'organiser.

Créée à l'initiative de Diane Ballonad Rolland, *home-organizer* et elle-même maman de 3 enfants,

**Zen et Organisée propose un cycle de 4 ateliers
sur Avril / Mai / Juin 2011,
"Mamans débordées : allégez votre agenda !"**

Pour simplifier sa vie, prendre du temps pour soi et gérer sa tribu en toute sérénité.

