

Programme :

À La découverte de soi

Une pause pour sa santé

MANDALAS

La Colombe vous propose de prendre un moment de DOUCEUR pour vous, afin de vous déposer. Ce moment privilégié et d'arrêt s'inscrit dans un contexte où tout va de plus en plus vite et que nous sommes confrontées à de grandes turbulences.

À travers les mandalas vous serez en mesure d'atteindre un état méditatif et de ressourcement.

Ces rencontres auront lieu, les mercredis de 13h30 @ 15H00

9 AVRIL : SOLEIL, porteur de courage et d'énergie

16 AVRIL : MARS, aide à accomplir les projets

23 AVRIL : CAPTEUR DE RÊVES, filtre les pensées dispersées

Groupe ouvert

Animatrice : Diane Barry