Les temps de Pleine Conscience

Faites-vous du bien ! Cycle de 8 ateliers de 2h, les mardis

Partir à la découverte ou REdécouverte de nos perceptions sensorielles, physiques et/ou émotionnelles, c'est ce que nous vous proposerons de vivre durant ces ateliers pour mieux répondre à quelques questions fort simples : comment ma raison habite mon corps ?

Quelles sont les sensations devenues si coutumières que je n'y prête plus attention ? Quelles sont celles que je ne regarde jamais ou que je n'ai jamais observé ?



Mardi 24 septembre 10h30

Les prochaines dates : les mardis 1ers et 15 octobre, 5 et 19 novembre, 3 décembre, 7 janvier et 4 février.

Adresse

Caves du Domaine Berson
18/20 rue de Beauvais
78250
Meulan-en-Yvelines

Infos pratiques

Bibliothèque multimédi@ - Caves-domaine Berson
Animé par une psychopraticienne corporelle • tenue souple et confortable recommandée • nombre de places limité

30 € pass meulanais, abonnement 8 séances - 40 € pass extérieur, abonnement 8 séances
Ou 5 € tarif meulanais à l’unité - 8 € tarif extérieur à l’unité

Contact

Inscription, culture@ville-meulan.fr

Tel. 01 30 90 41 11 ou 41 41