Faites-vous du bien !

Les temps de Pleine Conscience

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 3 décembre - 10h30-12h30

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
Les prochaines dates : les mardis 7 janvier, et 4 février

Tarif meulanais : 5€ la séance - Tarif extérieur : 8€ la séance

Contact

Réservation, culture@ville-meulan.fr

tel 01 30 90 41 11 ou 41 41