



Vous proposent des ATELIERS DECOUVERTE :

MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE et SHIATSU

MEOBECQ : MERCREDI 8 mars 2017 de 14h à 16h00

Journée de la femme : recevoir en pleine conscience, un temps spécial pour accueillir le féminin. C'est ouvert à TOUS (participation 10€)

CHATEAUROUX : Samedi 25 mars 2017

9h à 12h : journée nationale de découverte du SHIATSU, shiatsu sur chaise 30mn (20€), 34 place Voltaire RESERVATION OBLIGATOIRE

14h à 18h Atelier-partage-Eveil : un temps pour renouer une relation saine avec la nourriture et la sagesse du corps (participation 50€)

Semaine d'information
sur la santé mentale

Méditer au travail, concilier sérénité et efficacité

ARGENTON/CREUSE : Mardi 21 mars 2016 à 10h00

Maison de Santé Pluridisciplinaire, 8 rue de la sablière

DEOLS : Jeudi 23 mars 2016 à 9h30

Espace Art et Culture, Passage Clos Notre Dame

**EN PARLER C'EST BIEN,
PRATIQUER C'EST MIEUX !**

Pour en savoir plus : <https://salutogenese36.wordpress.com/>

Réservation obligatoire



Animé par Séverine DROPSY
Consultante en Santé-Qualité de Vie

Pour tout renseignement : 06 80 94 83 02