



**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**