



MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

REDUIRE LE STRESS, APPRIVOISER LES EMOTIONS, MANGER MIEUX

ATELIERS DECOUVERTE (1 heure, participation 5€)

- ARGENTON/CREUSE : **Mardi 12 septembre 2017 à 10h30**, Maison de Santé Pluridisciplinaire, 8 rue de la sablière
- CHATEAUROUX : **lundi 11 septembre 2017 à 18h00**, 34 place Voltaire, Réseau Diapason 36

Conférences sur salon SANTE-NATURE-BIEN ETRE à Châteauroux
les 30 septembre et 1^{er} octobre 2017

STAGE D'INITIATION (3 heures, participation 30€)

- DEOLS : **Dimanche 3 septembre de 9h30 à 12h30**, Espace Art et Culture, Passage Clos Notre Dame «Réduction du stress, accueil des émotions»
- DEOLS : **Dimanche 17 septembre de 9h30 à 12h30**, Espace Art et Culture, Passage Clos Notre Dame «Se nourrir en pleine conscience»

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

RESERVATION CONSEILLEE, PLACES LIMITEES : 06 80 94 83 02

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