

ATELIER DÉCOUVERTE

“DU CORPS À L'ÊTRE”

Ralentir, respirer, se
reconnecter à soi

EVS Quinte et Sens, Felzins (46)

DIMANCHE 2 NOVEMBRE

10H30 - 12H

Participation libre et consciente

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT

06 58 77 88 74 / relaxationtranspersonnelle@protonmail.com

“DU CORPS À L'ÊTRE”

Un atelier de relaxation et de reconnexion à soi.

**Je t'invite à venir vivre une première expérience
lors d'une « séance découverte » pour goûter à ce
voyage intérieur.**

Au programme :

**Un moment de silence et de présence à toi
Des pratiques douces pour te reconnecter à ton
corps et aux différents plans de ton être**

**Un brin de créativité
Et la joie tranquille d'être simplement là, sans rien
à prouver.**

**Cette séance est ouverte à toutes les personnes qui
ressentent l'élan de revenir à elles,
de déposer un peu de pression et de laisser émerger leur
vérité, leur lumière, leur respiration.**

**Dimanche 2 novembre/ à l'EVS Quinte et Sens (Felzins)
Facilité par Louise Chéné, Relaxothérapeute.**

« Quand tu reviens dans ton corps, ton être tout entier se remet à respirer. »