

Atelier Méditation & Partage



Atelier Méditation & Partage

Un moment suspendu, comme une parenthèse dans le tumulte du quotidien.

On s'y retrouve autour d'une douce collation, le cœur ouvert, les mots simples, pour tisser le lien et accueillir ce qui est.

Puis, guidés par la respiration et la présence, nous glissons vers la méditation...

Un voyage intérieur, entre silence et lumière, où chacun retrouve son centre, sa paix, son souffle.

Un atelier comme une bulle de douceur, où l'on vient se déposer, se ressourcer et simplement être.

Atelier limité à 15 participants.

Prix : 20 euros.

Lieu : Entre Gers et Ciel 32200 Giscaro

Pour vous inscrire :

<https://calendly.com/magalieciriaroca/atelier-de-meditation>