

Mon corps a tant de choses à me dire

Comment me mettre à son écoute pour être mieux dans ma vie ?

Dora Herrmann et Sylviane Monteil présenteront, durant ce week-end des pistes de réflexion et d'expérimentations simples (assise-méditation, travail corporel, marche consciente...) .

La démarche de ACT offre un large éventail de moyens pour agir en conscience dans le quotidien, s'ouvrir à soi-même, à l'autre... Une alternance de théorie et de pratique permettra d'y entrer en profondeur.

Des temps de partage, pauses, éveil des sens nous inviteront à profiter de ce lieu beau et paisible

Rens: D.Herrmann 03 88 59 39 58 / 06 84 40 47 21
S. Haberkorn 06 71 14 86 29



Bulletin d'inscription

NOM

PRÉNOM

Adresse

Tél et E-mail

Ce bulletin est à
envoyer à :

Isabelle HARNIST
15 rue neuve
67480
ROESCHWOOG

Accompagné
d'un chèque
d'arrhe de 30 €

Tarif tout compris : 180€

Contact : E-mail : isabelleanne.harnist@wanadoo.fr Tél. 06 73 37 64 24

Toutes les informations utiles vous seront adressées une semaine avant le W.E.