

ATELIER « BIEN ÊTRE ET SANTE »

VERONIQUE MORIN

www.veroniquemorin.fr

SE RELAXER, SE RESSOURCER ET PRENDRE SOIN DE SOI

*Accompagnement à la santé (conseil en nutrition, hygiène de vie, gestion du stress...)
Soutien et accompagnement dans la maladie et le deuil*

Ces ateliers « Bien-être et santé » sont un espace d'exploration et d'expérimentation, en petits groupes, autour des questions de santé dans les dimensions physique, psychologique et spirituelle :

- L'alimentation santé
- Le processus naturel d'auto-guérison
- Les exercices corporels et énergétiques
- La respiration
- La relaxation, les techniques de visualisation : *Je m'inspire de cette belle méditation de soin et de santé de Guy Corneau et Pierre Lessard « Dialogue avec les cellules »*
- Les soins énergétiques relaxants

DUREE DE L'ATELIER : 2 HEURES 30

➤ Prochaine Date :

Le Samedi 16 Mai 2020 de 9h30 à 12h00

TARIF : 40€

POUR VOUS INSCRIRE, RENDEZ-VOUS SUR LA PAGE « CONTACT » DE MON SITE