Atelier bien-être du printemps

À chaque saison son rythme et ses priorités ! Explorons ensemble comment prendre soin de vous et de votre énergie au printemps. Venez papoter, pratiquer et partager !

Deux dates possibles pour vous donner toutes les chances d'être disponible !
Rendez-vous le mercredi 22 mars de 20h00 à 21h30
ou le dimanche 26 mars de 10h30 à 12h00
Salle multi-activités à côté de l'ALSH

Le mercredi 22 mars 2023

Vous avez déjà entendu parler de ménage de printemps ? Et bien c’est pareil pour nous, notre corps physique, nos émotions et notre mental ont besoin de faire de la place pour vous mettre au diapason des beaux jours.

Comme la montée de la sève dans les arbres, il est temps de libérer votre force vitale pour la mettre à disposition de tous vos nouveaux projets.

Le printemps est un moment d’effusion, d’action et de nouveauté qui nécessite de repartir sur de bonnes bases.

Je vous propose d’aborder cela par quelques échanges mais également en expérimentant des pratiques accessibles à tous.

Armé de votre curiosité, rejoignez ce cercle chaleureux et bienveillant.
Car comme le temps manque dans nos vies il est primordial d'augmenter la qualité de ce temps passé avec soi.

Adresse

Salle multi-activités
Rue du Clos de la Cure
77590
Bois-le-Roi

Infos pratiques

ATTENTION : 2 dates possibles

Animé par Anne-Sophie Camurat,

naturopathe et psychopraticienne