

- ♦ Méditation
- ♦ Gestion des Émotions
- ♦ Bien-être et Relaxation
- ♦ Art de vivre
- ♦ Paix intérieure
- ♦ Plénitude des relations
- ♦ Plaine conscience

- ♦ Le Pôle Santé vous accompagne dans votre bourgeonnement du printemps !
- ♦ Réduction du **stress**, gestion des **émotions**, **bien-être**, **pleine conscience**, développement personnel...
- ♦ Apprenez à méditer et découvrez un art de vivre sur un cycle de 3 mois pour devenir rapidement autonome dans votre pratique et vous épanouir en douceur.

Reprise des cours semaine du 7 Avril 2020

Cycle de 3 mois (Tarif : 165€)

Premier cours d'essai gratuit

Lundi de 20h à 21h15

Renseignements | Tél. 06 81 81 37 49
jocelyn.maulny@pole-sante.fr
188 Grande rue Charles de Gaulle, 4ème étage
94130 Nogent sur Marne

MEDITATION MODERNE

Renseignements | Tél. 06 81 81 37 49
jocelyn.maulny@pole-sante.fr

NOUVEAU CYCLE DU PRINTEMPS

