

> **FEVRIER :**

- Le jeudi 1/02 à 19h00 : Partage reiki
- Le jeudi 8/02 à 19h30 : Méditation guidée en musique. Cette méditation correspond à une pratique mentale qui permet à l'esprit de s'évader quelques instants...
- Le jeudi 15/02 à 19h00 : Méditation Pleine Conscience
- Le mardi 20/02 à 19h00 : Méditation en Mouvements

>

> **MARS :**

- Le samedi 24/03 de 9h30 à 12h00 : Atelier créatif reiki. Accessible à toute personne à partir du niveau II, cet atelier propose un temps méditatif et créatif sur les symboles...
- Le mardi 27/03 à 19h00 : Méditation en Mouvements
- Le jeudi 29/03 à 19h00 : Méditation Pleine Conscience

>

> **AVRIL :**

- Le samedi 7/04 à 10h00 : Découverte de la pratique du pendule...Nous sommes contentes d'accueillir notre ami Didier Lanyi pour nous faire découvrir le pendule mais aussi, pour nous apprendre à l'utiliser...
- Le jeudi 12/04 à 19h30 : Méditation guidée en musique
- Le jeudi 19/04 à 19h00 : Méditation Pleine Conscience
- Le mardi 24/04 à 19h00 : Méditation en Mouvements