



# La Méditation



- **Lors de 5 ateliers différents vous obtiendrez** les explications de cette méditation si bénéfique à notre quotidien.
- Votre pratique aux **5 ateliers** permettra de développer votre expérience méditative.

**Venez percevoir la voie de la sérénité et bénéficier d'une nouvelle  
qualité de Vie !**



*\* Non recommandée pour les personnes en dépression*