



L'Arbre de Vie

CYCLES MBSR 2022

Réduction du stress basée sur la pleine conscience

Printemps 2022

Du lundi 14 mars au lundi 9 mai (break le 2 mai vacances scolaires)

☞ Tous les lundis de 19h à 21h30 (sauf les 1ère et 8ème séance de 3h)
et le dimanche 24 avril 9h30- 17h

☞ En ligne

☞ avec Philippe Moreau et Agnès Cauquil

Automne 2022

Du jeudi 8 septembre au jeudi 27 octobre

☞ Tous les jeudis de 19h à 21h30 (sauf les 1ère et 8ème séance 19h-22h)
et le dimanche 16 octobre 9h30- 17h

☞ En ligne

☞ avec Philippe Moreau et Agnès Cauquil

Réunion d'information- atelier découverte : lundi 21 février à 19h en ligne

C'est l'opportunité de se rencontrer, de vous présenter le programme, et d'échanger.

Ouvertes à toute personne intéressée, sans engagement, inscription à la réunion d'information sur le site internet.

(Un lien vous sera envoyé au préalable avec note explicative pour utiliser Zoom)

Contact : 06 60 92 40 43

arbredevie.meditation@gmail.com - www.arbredevie-qigong.com