



Méditons avec Les pierres



A l'heure où l'on parle de plus en plus des bienfaits de la méditation de pleine conscience, nous avons créé ces nouveaux ateliers qui vous permettront à la fois de "calmer le mental" tout en expérimentant le bienfait des pierres en conscience.

Chaque atelier se décompose en 3 méditations de 15 minutes dont une d'ancrage, une avec l'énergie du moment et une dernière avec la pierre que vous choisirez avant l'atelier.

Ces méditations de groupe vous amèneront progressivement à vous recentrer sur vous, sur votre essentiel, et de vous enrichir par le partage des ressentis de chacun.

Tarif : 10€ Durée : 2H

Les ateliers ont lieu à notre domicile à LESQUIN près de l'aéroport de LILLE

Nombre de place limitée à 10 personnes par atelier

PIERRES CRISTAUX LUMIERE

Une approche simple et intuitive de l'énergie des pierres...

Tél : 06 59 23 33 18

www.pierrescristauxlumiere.com

