



MON MOMENT MAGIQUE

#prendresoindeso

juniors

Atelier Bien-être Junior

Au travers d'un thème nous explorons 9 rituels bien-être



Mercredi 9 octobre 2019

De 10 h à 11 h 30

A l'occasion d'halloween, nous allons explorer dans un cadre sécurisant 9 rituels bien-être (*centrage, gratitude, ronde de l'énergie, respiration, yoga, défoulement, expression des émotions, relaxation...*) où nous explorerons nos émotions et découvrirons nos propres ressources pour nous apaiser.

CONTACT

Patricia BOULOT

Ambassadrice officielle Champigny sur Marne
et St Maur des Fossés

Patricia.b@monmomentmagique.com

☎ 06 64 32 33 58



monmomentmagique.com



Mon Moment Magique