



LES TOUCHES DU BIEN-ETRE

Prenez votre vie en mains !

JEUX



Dans un cadre défini, chacun se sent en confiance et peut, dans le respect, évoluer à son rythme.

Jeu de la transformation

Ce jeu permet de transformer joyeusement notre vie, découvrir nos ressources sur différents niveaux : physique, émotionnel, mental et spirituel.

Chacun avance sur son chemin de vie et aide les autres à avancer.

A l'aide de cartes support (anges, cartes d'ombre, cartes de lumière, etc.), nous trouvons des réponses.

Nous pouvons utiliser ce jeu pour comprendre une problématique de vie qui nous empêche d'avancer.

Jeu de la féminité

Une exploration des mystères de notre être intérieur.

Les cartes de ce jeu nous font découvrir les différentes facettes de notre être et nous permettent de mieux nous comprendre.

Une prise de conscience de notre côté féminin pour laisser s'épanouir notre "femme sauvage".

horaires :
de 14h30 à 19h

dates : voir planning

tarif :
48 €
par personne et par atelier
(collation comprise)



Qui suis-je ?

Educatrice de formation
Professeur de yoga
Sophrologue
Somatothérapeute
Energéticienne

Je pratique la méditation
de pleine conscience.

*Ma recherche : affiner
notre conscience.*