



**Se ressourcer
Se relier
Se réunir**

Comme disait ma grand-mère, « les temps sont durs ! »
Alors il me semble juste et essentiel de cultiver l'**entraide**
et la **bienveillance** :

Je vous invite donc à prendre part à un Cercle d'énergie

Pour vivre un temps de présence à soi où :

- apaiser le mental
- écouter sa voix intérieure
- améliorer la santé de son corps physique

Pour offrir un espace d'attention à l'autre où :

- ouvrir son cœur à la compassion
- recevoir l'énergie positive du groupe
- donner en conscience le meilleur de soi

Chacun est accueilli avec ses convictions philosophiques, religieuses ou spirituelles, dans le respect de celles des autres.

Le dimanche 25 septembre, de 10h30 à 11h30, à Plérin :
9, rue Théodore Botrel / Couvran.

Participation : 10 € - Merci de vous inscrire pour faciliter l'organisation.

Animation : Annie Laudrin - thérapeute et formatrice
06 63 78 70 56 - laudrina@free.fr - annielaudrin.com

