



Association Clés De Vie



## S'HARMONISER AVEC UN MANDALA

Un temps pour réaliser **SON** mandala peut être considéré comme un véritable moment de méditation, un chemin pour **atteindre l'équilibre, l'harmonie.**

Le fait de porter son attention sur le dessin ramène à **l'instant présent** : très utile pour prévenir et mieux gérer le stress, recharger son énergie.

*Très important* : aucune connaissance artistique n'est nécessaire.

**Osez-vous faire plaisir** en prenant un temps pour vous, pour mieux vous connaître, vous laisser surprendre et vous détendre.

Tarif : 40 € (chèque à l'ordre de l'Association Clés de vie)  
30 € pour les adhérents

Inscription **indispensable** auprès de Christine\* au 06 77 99 04 96

N'hésitez pas à laisser un message pour être rappelé.

4 personnes maximum  
de 14 h à 18 h à Chaillé-les-Marais  
Mercredi 18 janvier 2017  
D'autres dates et lieux possible sur demande

\*son site : [www.harmonie-corps-et-esprit.net](http://www.harmonie-corps-et-esprit.net)

Parution au JO et déclaration sous le numéro W853003912