

PROGRAMME 2018

	Formation de formateurs mindfulness	Vas vers toi...	
	Formation Mindfulness (intensive en 4 jours)	Formation Thérapies dorsales (Dorn et Breuss :-1- = 2017-2018, -2- = 2018-2019)	
	Journée de pleine conscience /et Nature	Atelier du dos	
	Retraite silencieuse (5 jours)	Formation à la relaxation coréenne	
	Fibromyalgie, SFC et maladies apparentées		

Ateliers hebdomadaires de méditation de pleine conscience :

Jeudi : 12h30-13h30 à St Cyprien / 18h30-19h30 à St Génis des Fontaines

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.	
1													1
2			-1-										2
3													3
4													4
5													5
6													6
7												-2-	7
8												-2-	8
9													9
10													10
11													11
12													12
13													13
14													14
15													15
16													16
17													17
18													18
19													19
20													20
21													21
22													22
23			-1-										23
24													24
25													25
26	-1-												26
27	-1-												27
28													28
29													29
30													30
31													31

