

MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE (PROGRAMME DE 8 SÉANCES)

**S'ENTRAÎNER À RETROUVER NOTRE VÉRITABLE NATURE
GRÂCE À LA PRATIQUE DE LA PLEINE CONSCIENCE.**

“Nul n’a jamais écrit ou peint, sculpté, modelé, construit, inventé que pour sortir en fait de l’enfer” Antoine Artaud

SÉANCES D’INFORMATION (GRATUITES)

Les JEUDIS **22/02** et **29/03** à **19h00** dans le **restaurant de l’hôpital de Mons - Site Constantinople.**

PROGRAMME 2024

Tous les vendredis du **10/05** au **28/06** de **19h00** à **22h00.**



OÙ ?

Restaurant de l’hôpital de Mons (-1) Site Constantinople,
Av. Baudouin de Constantinople 5, 7000 Mons.

INSCRIPTIONS

Hôpital de Mons - Site Constantinople - Accueil
- Av. B. de Constantinople 5, 7000 Mons
+32(0)65/38.55.12 - accueil.mons@helora.be

TARIF PLEIN : 290€

TARIFS REDUITS :

- 260€ pour les membres du personnel HELORA.
- 145€ pour les patients avec pathologie chronique.
- 260€/personne pour les couples.

INSTRUCTEURS EN MINDFULNESS



D^r Abdelhamid LALAOUI

Instructeur Certifié en Méditation de Pleine Conscience et Yoga

☎ +32(0)477/13.35.24

✉ Abdelhamid.LALAOUI@helora.be



M^{me} Nathalie JEUNIAUX

Instructrice en Méditation de Pleine Conscience pour enfants et adolescents et YOGA

✉ Nathalie.JEUNIAUX@helora.be