

# Chakr'ateliers

**Un jeudi par mois, de 19h30 à 21h**

À la **Chapelle de Lottert**

Animés par

**Yolande Mathey**

(REIKI, Bioénergie, Voie Pure Love)

**Dates du 1er  
semestre 2020**

**06/02**

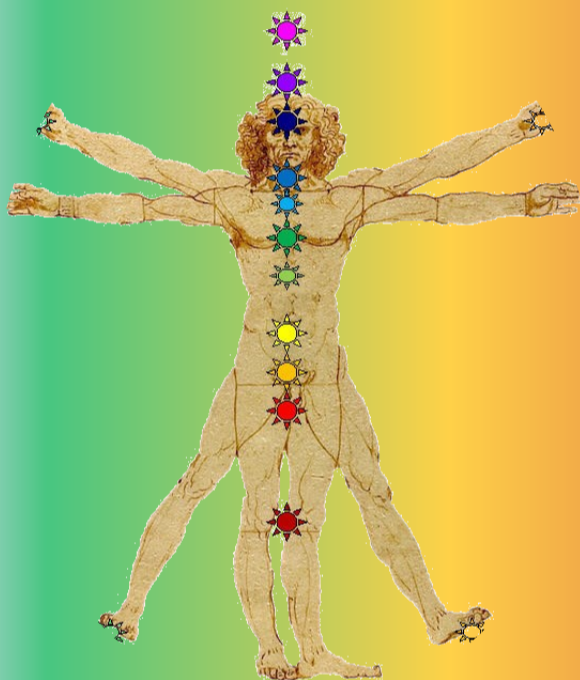
**05/03**

**02/04**

**07/05**

**04/06**

Ouvert à toutes et tous, aucun prérequis.



Les chakras sont des centres d'énergie de notre corps. Nous découvrirons ensemble 10 chakras (7 principaux et 3 secondaires).

Chaque atelier est consacré à un chakra .  
Par des exercices simples et ludiques de visualisations, mantras, mouvements, vous apprenez à activer et harmoniser le chakra.

Les bienfaits sont multiples :

- (Re) trouver la Joie de Vivre
- Se ressourcer
- S'ancrer
- Oser s'affirmer
- Oser rayonner de l'Amour
- Développer son Empathie
- Développer sa Parole
- Développer son intuition, sa créativité...



*Vent Stellaire*  
Chakr'art'thérapie

*Participation libre, (suggestion :  
entre 5 et 10€ l'atelier)*

[www.vent-stellaire.com](http://www.vent-stellaire.com)  
Inscriptions au 0479 12 78 04 (soir)