

La Cité
des familles



Pleine conscience et parentalité



Et si on prenait une pause pour vivre le moment présent ?

Conférence

“La méditation : un chemin vers le bien-être, la confiance en soi et la bienveillance au sein de la famille”, animée par Amélie Vion de l’association “la bulle ouverte”.

***Jeudi 11 octobre 2018 à 18 h 30
à la Cité des familles.***

Gratuit, sur inscription jusqu’au 10 octobre.

Cette conférence sera suivie, dès le 24 octobre, d’ateliers pratiques parents/enfants animés par des professionnels de la Cité des familles.

