



Soirée Reconnexion

connecter-exprimer-incarner

Un moment idéal pour vous offrir une pause
et faire une transition vers le week-end.

signé Valérie Faubert

UN ESPACE POUR RENOUER AVEC VOTRE VÉRITÉ ET VOS DONS

Il est facile de s'oublier et de se perdre dans le train-train quotidien. C'est pourquoi je vous invite à venir profiter d'un doux moment pour vous déposer **dans un espace méditatif**, vous ressourcer et ainsi suivre les traces de votre essence.

SE CENTRER POUR MIEUX AVANCER

Venez découvrir **les bienfaits de se déposer dans l'ici et maintenant** en se connectant à votre corps, votre cœur et votre essence. Ce moment d'arrêt vous permettra de :

- développer votre contact intérieur
- apprivoiser les bienfaits de la respiration et de l'observation
- laisser votre corps prendre son espace
- être plus réceptif aux messages de votre intuition
- renforcer votre qualité de présence
- enrichir vos moments de relation
- cultiver plus de simplicité, de légèreté et de fluidité dans votre quotidien

VOUS ÊTES INVITÉS À APPORTER AVEC VOUS :

- un journal d'écriture
- coussin, tapis de yoga et petite couverture
- vêtements confortables

LIEU

Les vendredis 19h
200, rue Longueuil
Saint-Jean-sur-Richelieu

INVESTISSEMENT

20\$ / séance
ou 100\$ / 6 séances
Payable à l'avance

INSCRIPTION REQUISE

514-213-9232
info@monessencecreative.com

AU MENU

Exercices, centrations
et méditations guidées, temps
d'écriture, moments de partages

Pour en savoir plus, visitez le
[www.MonEssenceCreative.com](http://www.MonEssenceCreative.com/soirees-reconnexion)
/soirees-reconnexion

*C'est avec simplicité que je vous guide
dans ce voyage au cœur de votre vérité !*