

Rencontre-Débat

➤ Un auteur

Chantal De Mey-Guillard

présentera son ouvrage

Escales vers soi

35 escapades vers soi-même

➤ Un thème

Découvrir ses potentialités, se ressourcer, se détendre grâce à des mises en situation créatives et relaxantes

➤ Un livre



Un ouvrage pour mieux découvrir ses potentialités, pour se ressourcer, pour se détendre grâce à des mises en situations créatives et relaxantes. À faire seul ou en groupe.

Ouvrir les yeux, s'étonner de petits riens dans le quotidien : « C'est la vraie marque d'un philosophe que le sentiment d'étonnement », disait Platon.

Vous allez embarquer sur un chemin, le vôtre ; soyez à l'écoute de vos sensations internes, afin d'être présent à vous-même et non pas hors de vous.

Ces escapades vous donneront d'autres facettes pour aborder ce puzzle toujours recommencé de vous-même.

Chronique Sociale - Poche - 96 p.

Mardi 25 mai 2010 de 18 h 00 à 21 h 00

Chronique Sociale - 7, rue du Plat - Lyon 2^e

Méto-bus : Bellecour

Entrée libre

**Report
au
Mardi 25 mai 2010**