

Compte rendu 5ème rencontre (R)évolution Intérieure 16 Décembre 2016

Personnes présentes : Dany, Paricia, Lamiel, Sonia, Sandrine, Mickael et Jean en début de réunion

- Tour de Présentation
- Distribution d'une fiche et présentation de la méthode M.B.S.R. (Mindfulness Based Stress Reduction = Réduction du Stress par la Pleine Conscience) par Dany
- Suivi d'une séance de pratique
- Nous sommes ensuite passer à table en continuant nos échanges au sujet de la (R)évolution Intérieure
- C'est là que nous est venu l'idée d'envisager une visite à l'oasis Karmaling en lien avec Colibris et la (R)évolution Intérieure
- Proposition de Patricia de nous faire un atelier sur les Addictions et la façon de s'en sortir. Groupe OK
- Et confirmation de notre rencontre avec la naturopathe Fanny Bobet. Date fixé au Samedi 21 Janvier 18h30 (lieu encore à définir) pour une Présentation de la Naturopathie
- Date de la prochaine réunion fixé le meme jour

N'hésitez pas à me rappeler dans un commentaire si j'ai oublié quelques choses