

**Besoin de vous déstresser? De vous recentrer?  
De prendre du temps pour vous? De renouer  
avec votre créativité? De vous faire plaisir?**



## **Ateliers Découverte du mandala**

**Les samedis      08/02/20  
                         14/03/20  
                         25/04/20  
                         30/05/20**

**de 13h30 à 17h**

**Au Centre Reliance**

**(rue du Val Notre Dame 330 à 4520 Moha)**

Dominique Maas, praticienne en pédagogie du dessin centré (Marie Pré®) vous propose de découvrir les bienfaits du mandala :

Qu'est-ce qu'un mandala et à quoi ça peut servir ?

Diverses expérimentations afin d'explorer les différentes facettes de cet outil

Un débriefing et un partage en commun

Le matériel sera mis à votre disposition

**30€ l'atelier**

Renseignements et inscription : 0474/81.30.12 domimaas@hotmail.fr