

Ateliers découverte

Méditation - Mindfulness

1 -> 21 décembre 2025



21 déc.
Journée
Mondiale de la
Méditation (ONU)

GRATUIT

Mardi 9 déc. - 19h15

Atelier - Conférence

Les Insolites
Les ateliers des capucins - Brest

Lundi 15 déc. - 14h

Atelier - Conférence

Florinum
Le Grouanec - Plouguerneau

Infos - Inscriptions :
re-sentir.fr



Mardi 16 déc. - 19h15

Pratique pour initiés

Les Insolites
Les ateliers des capucins - Brest

Dimanche 21 déc. - 10h

Initiation méditation

Salle Prat Per - Lannilis

et sur le site dès le 1er : des défis pour s'engager, des vidéos - Le 21 déc. : des méditations en direct.