

# Méditation à l'ESH



*L'ESH organise une fois par mois  
un temps accordé à la méditation (45') et un espace de partage (30').  
Au total 1h15 pour pratiquer et partager son vécu.*

**Adresse :** bld Félix Paulsen 9 – 1070 Anderlecht

**Accueil** à partir de 18H45

**Début :** 19H15 précises (fermeture des portes)

**Dates :** 21 mars – 18 avril – 16 mai – 20 juin

**PAF :** participation consciente

Ouvert à tous, débutants aussi

**Matériel :** apporter votre coussin de méditation, une couverture

**Réservation, svp:** appel ou sms au 0498.10.49.12 (Faty)



**Ecole de Santé Holistique**

Centre d'enseignement, de soins et de recherche en médecines alternatives complémentaires