

ATELIER PRENDRE SOIN DE SOI AVEC LA MEDECINE CHINOISE

Samedi 23 novembre

Notions et repères
de Médecine Chinoise

Auto massage
Respiration
Qi gong

Conseils diététiques,
vie quotidienne

ATELIER PRATIQUE

10H30-12H | ADULTE-ENFANT

ANIMÉ PAR MARIE-NOËLLE GUIRONNET,
PRATICIENNE EN MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Places limitées - inscriptions conseillées

Bibliothèque de Messery - bibliotheque@messery.fr - 04.50.94.79.70



MESSERY