

# Atelier BOUGIES AURICULAIRES et RELAXATION



## Objectif de l'atelier :

**Renforcer le système immunitaire - Mieux respirer - Se détendre**

- Découvrir et utiliser les bougies auriculaires
- Séance de relaxation guidée

# Vendredi 13 novembre 2015

**de 19h à 20h30**

**Participation : 10€**

**(5€ pour les adhérents de l'association AMBRE)**

**Animé par Isabelle et Laurent GRIGNON  
Formés à l'otothérapie par Jili HAMILTON**