

Curs 2020 - 2021

Tallers de Meditació

per a nens/nenes i

preadolescents

Als tallers fem un treball a nivell del cos, amb diverses tècniques com dansa, ioga o Qi Gong. De les emocions, a partir de l'expressió artística i la relaxació i de l'Esperit, amb visualitzacions i meditació. Oferim als nens i adolescents un espai i unes eines per arribar al silenci.



*Soc flexible com el bambú i em deixo gronxar pel vent.
El vent interior és el meu cor i sosté la meua vida*

Tallers de Petits i Mitjans

Edats de 5 a 10 anys

Horari de 11:00 – 12:45

Tallers de Preadolescents

Edats de 11 a 15 anys

Horari 10:30 a 13:00

TALLER D'INICI

Data: diumenge 25
d'octubre

Lloc: Casa d'espiritualitat Sant Felip Neri

Organitza

Casa d'espiritualitat Sant Felip Neri
Nena Casas 37-47
08017 Barcelona
www.casaespiritualitatsfneri.com

Següents Tallers

14 de març
11 d'abril

"Informació: meditacioperanens.cesfn@gmail.com"