

St-Denis-sur-Richelieu 2009



La musique pour mon Mieux-Être avec Antoine Padilla

Le but de ces ateliers est d'expérimenter l'impact de la musique sur la gestion de nos états intérieurs et d'éveiller la conscience. Au cours de ces **5 rencontres**, les auditions musicales seront intercalées d'échanges amicaux permettant aux participant-es de comparer leurs différentes réactions et de réfléchir en profondeur sur les **lois incontournables** auxquelles l'être humain fait face dans la vie.

Le choix musical est différent à chaque rencontre. Aucun prérequis nécessaire.

Les dimanches, de 9h30 à 16h30

685, route 137, St-Denis-sur-Richelieu

(Autoroute 20, sortie 130, dir. St-Thomas d'Aquin, 8 km après la Présentation)

1 rencontre : \$ 35.00

*17 mai 7 juin 30 août
20 septembre 4 octobre*

De plus en plus, les effets bénéfiques de la **musique classique** sont portés à la connaissance du public par des livres, des articles de journaux et revues, ou des programmes de télévision. Utilisée dans les garderies pour calmer les enfants. Dans certains métros et centres d'achats pour harmoniser les lieux, par certains corps de police pour **déstresser** leurs membres, la musique devient de plus en plus un outil de relaxation, d'apaisement, d'équilibre dans un monde trop agité.



Pas de service de restauration. Apportez votre lunch.

Pour information : 450-539-4409