

TISSEUSES DE JOIE ou LA JOIE RETROUVÉE

Partageons ensemble un moment de joie commune, de fraternité vraie et d'espoir concret face à la morosité du quotidien.
Notre être profond est empli d'une clarté heureuse : faisons la briller autour de nous !

Lors des rencontres :

Lecture de textes, contes, nouvelles nous reliant à notre joie de vivre.

(Chacun des participants peut apporter un texte, un poème ...)

Temps de partage à propos du récit, vécu personnel, témoignages ...

Méditation guidée « Rayonnons notre Joie »

POSTURE, bija, mudra

Laissons la place à la Joie retrouvée : temps ludique

Chant de groupe

Cœur à Cœur

(Les jeudis et vendredis 18h30 -19h45)



LA JOIE RETROUVÉE

