

Association Chemin Arc-en-Ciel  
accueille

**Vendredi 16 octobre à AUCH**

pour une

# **SOIRÉE MÉDITATION**

Frédéric Vivion  
chant et guitare

Mantras (vibrations sonores)

Méditer

c'est apaiser notre mental,

nous ouvrir à un état de silence

créer un espace intérieur de joie, de paix et de fraternité.

**ouvert à tous**

**à 19h30**

**10 eur venez avec un tapis et un coussin**

**Au Jardin des Z'arts**

**6 rue Louise Michel**

**ZI Hippodrome**

la soirée sera suivi d'un buffet partagé

[www.etre-en-conscience.fr](http://www.etre-en-conscience.fr)

[annechambre@etre-en-conscience.fr](mailto:annechambre@etre-en-conscience.fr)

tel: 05 62 64 36 92

prochaines  
dates

11 décembre

5 février

16 avril

11 juin



Chemin  
Arc en Ciel