



SE RESSOURCER ET SE RECENTRER GRÂCE AU MANDALA

Avec Thérèse Gagnaux



Une invitation

Modèle fondamental de la vie, le mandala - cercle en sanskrit - est à la **fois symbole et manifestation de la Création**. Son symbolisme nous habite tous; il habite toutes les époques, toutes les traditions, toutes les cultures et civilisations.
En architecture sacrée il est l'expression spirituel du divin.

Venez vivre 3 heures de découverte...

Venez créer votre propre mandala, apprenez à libérer votre mental, à vous ressourcer grâce à cette belle technique de reconnexion à soi. Un moyen de recentrage.
Aucun besoin de savoir dessiner : on se sert des formes et des couleurs qui vont exprimer ce qui est en train de naître, de germer en nous.
Une fiche du développement de l'atelier est envoyée aux personnes inscrites.

Ateliers *(peuvent se vivre indépendamment, même si il y a une progression de l'un à l'autre)*

🕒 Samedi de 13h30 à 17h00.

📅 Semestre d'automne

17 octobre 2020, 14 novembre 2020, 16 janvier 2021

Semestre de printemps

13 février 2021, 17 avril 2021, 8 mai 2021, 12 juin 2021

Au rythme des saisons

🕒 Samedi de 13h30 à 17h30

📅 Équinoxe d'automne: 19 ou 26 septembre 2020,
Solstice d'hiver: 28 novembre ou 12 décembre 2020.
Équinoxe de printemps: 13 ou 20 mars 2021, solstice d'été 19 ou 26 juin 2021.

Frais et inscription

Votre inscription doit parvenir au Centre Sainte-Ursule avant chaque début de semestre ou 1 semaine avant chaque atelier. CHF 30.- par atelier.
Le nombre de personnes par atelier est limité à 6 personnes.

Animation et contact

Thérèse Gagnaux, soeur de Ste-Ursule, enseigne le mandala depuis plus de 20 ans.
📧 therese.gagnaux@ste-ursule.org, +41 26 347 10 81, portable: +41 79 527 97 50.

Semestre d'automne Semestre de printemps Au rythme des saisons / atelier (s): date(s)

Nom

Prénom

Adresse

NPA ville

Téléphone

Email

Date

Signature