

# Marie-Noël Mainguy

CET ÉTÉ !

**DU 1<sup>ER</sup> AU 17 AOÛT 2023**

## **ATELIERS DE GROUPES ET SOINS PERSONNELS.**

Venez profitez des soins et des enseignements de Marie-Noël dans le cadre enchanteur de notre bien-aimée

**LA RÉCRÉATION !**

### **Les 5 rites tibétains :**

- les **mercredis** 2, 9, et 16 AOÛT
- de 10h à midi
- documentation et feuille de route fournies
- 30\$ (spécial Les Îles).

Pour être autonome. En un atelier, vous avez tout pour faire votre pratique quotidienne !

### **Nouveau cette année !**

#### **Les exercices énergétiques :**

- les **jeudis** 3, 10 et 17 AOÛT
- de 10h à midi
- **documentation fournie**
- **30\$** (spécial Les Îles).

Démystifier ce qu'est « l'énergie » et appliquer des exercices visant à **mieux gérer son énergie** afin de vivre de façon plus fluide avec soi-même, avec les autres et dans son environnement.

#### **Soins énergétiques :**

Soin pour le bien-être personnel.

Bilan et thérapie énergétique sur table de massage visant à dégager, nettoyer, faire circuler l'énergie dans le système afin de reprendre contact avec son essence.

INFOS ET RÉSERVATIONS

[marienoelmainguy.com](http://marienoelmainguy.com)

ou Marie-Noël 514 708-0306

BIENVENUE À TOUS ET CHACUN !

## À NOTER !

### ARRIMAGE

offre la possibilité aux artistes de la région

de prendre à peu de frais la formation

« ÊTRE CRÉATEUR par sa présence »

avec MARIE-NOËL MAINGUY

cet automne

les 21, 22, 23, 24 OCTOBRE 2023

DE 10H À 16H (20 heures).

Une présentation de cet atelier sera proposée  
cet été entre le 1er et 17 août (date à déterminer).

Restez à l'affût!

[marienoelmainguy.com](http://marienoelmainguy.com)