



## **Descriptif :**

### **« Bienvenue chez toi »**

Notre association est une invitation à revenir à soi. Le Reiki est l'une des activités principales de cette dernière. C'est une pratique japonaise qui invite à la méditation et à la découverte des processus de régulation du corps et du mental, et ouvre à la confiance et l'estime de soi.

Nous désirons partager nos connaissances et permettre à celles et ceux qui le souhaitent de découvrir de nouvelles ressources, comme cela a été le cas pour nous.

D'autres activités vont s'articuler autour des pratiques amérindiennes, la rando, des conférences... tout cela toujours dans la découverte du bien-être.

Notre association compte aujourd'hui 25 adhérent(e)s. Ludovic Brey est le président, Valérie Rondeaux et Zélia Igou se partagent le poste de trésorière, Sylvie Verdier et Jean-François Vidal sont dépositaires du secrétariat.

Nos activités professionnelles et nos démarches personnelles se rejoignent aujourd'hui pour animer les activités de "Bienvenue chez toi".

Au plaisir de vous rencontrer.

Le siège social est chez Valérie Rondeaux - 1c Ancienne Route Nationale à Laurens.

**Si vous voulez en savoir plus : Ludovic Brey : 06 18 42 05 21 / Valérie Rondeaux : 06 87 94 41 94**