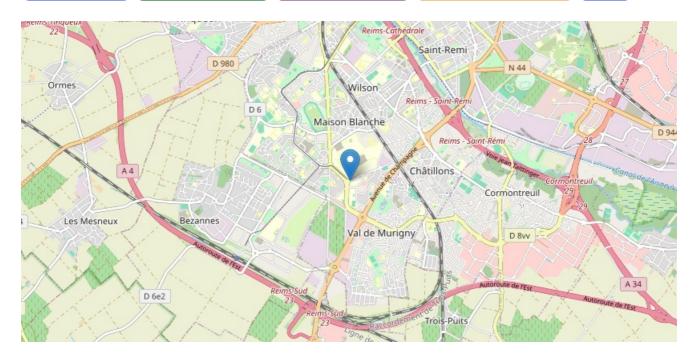




Méditation

Public Cible : Adultes Public cible : Oncogériatrie Public Cible : Après-cancer Public Cible : Proches et aidants Bien-être





ADRESSE

Maison de la Santé - Rue du Général Koenig 51100 Reims



INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

- Maison de la santé: 03 26 83 27 03
- ☑ Maison de la santé :mds@chu-reims.fr
- https://www.chu-reims.fr/offre-de-soins/maison-sante



STRUCTURE

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE (CHU) DE REIMS

45 rue Cognacq Jay 51100 Reims La méditation est l'occasion de prendre un instant pour soi afin de se recentrer en prenant conscience du moment présent.

Au cours de la séance, l'intervenante vous aide à focaliser votre attention sur votre respiration ou une partie de votre corps pour ne pas vous laisser distraire par votre environnement extérieur ou des idées négatives.

Séances collectives de 8 personnes maximum. Séance hebdomadaire d'une heure.

Maison de la santé - Horaires d'ouverture :

Lundi: 14h00 à 17h30Mardi: 9h00 à 13h00

• Mercredi : 9h00 à 12h30 - 13h30 à 17h30

• Jeudi : fermé

• Vendredi: 9h00 à 12h30 - 13h30 à 17h00