



# L'ÉCOUTE INTÉRIEURE

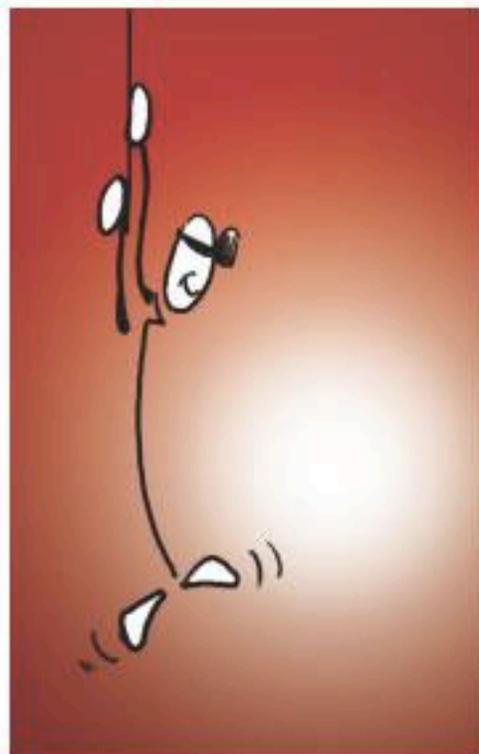
APAISER SES CONFLITS

**Samedi 7 juillet, de 14h30 à 17h30**

*Animé par Benoît\**

Gorge serrée, ventre noué, impression de manquer d'air...?  
Et si je m'accordais une pause ?

**Cet atelier est une invitation à s'écouter, à accepter toutes ses tensions avec douceur, pour accéder à un espace intérieur réparateur.**



*Benoît pratique le Raja Yoga depuis 12 ans et aime échanger sur les façons d'intégrer les fruits de cette pratique dans nos vies quotidiennes souvent bien remplies. Ancien directeur commercial, créateur d'entreprise, passionné de formation et aussi papa, il anime régulièrement des ateliers...*

*Entrée libre, inscription demandée*

**Centre de Raja Yoga**

18 Parvis Saint Michel - 59000 Lille

03 62 65 61 18 - [lille@fr.bkwsu.org](mailto:lille@fr.bkwsu.org) - [www.bkwsu.org/france](http://www.bkwsu.org/france)

Raja Yoga Brahma Kumaris France, est une association loi 1901 à but non lucratif. Toutes les activités sont animées à titre bénévole et l'association fonctionne sur la base de contributions volontaires.