

# MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE



Pour vivre l'instant présent  
Et trouver la paix intérieure

**Tous les jeudis  
de 12h30 à 13h30**

au jardin du Las ou à l'association des 4 chemins

Contact : Denis Janer (06.33.26.56.58) [denis\\_janer@yahoo.com](mailto:denis_janer@yahoo.com)



Association des 4 chemins - 1310 Chemins des fours à chaux  
83200 TOULON