



L' AUFEM
et la Ville de Bourg-la-Reine
vous proposent



LA MÉDITATION, QU'EN DIT LA SCIENCE ?

Conférence – samedi 10 juin à 15h
par M. Philippe Laurent, neuropsychologue

La méditation fait aujourd'hui l'objet d'un intérêt croissant de la part des scientifiques. Technique non invasive, sorte de « médecine douce de l'esprit », cette pratique peut convenir à tous les publics. Son effet régulateur sur l'humeur est désormais largement reconnu. Plus nous avançons en connaissance sur les mécanismes neurologiques impliqués, plus son champ d'application s'élargit aux différents domaines du bien-être physique et psychique : elle est notamment utilisée aujourd'hui à l'hôpital dans le traitement de l'anxiété et de la dépression. Le conférencier, M. Philippe Laurent, neuropsychologue, fait le point sur la recherche actuelle et invite à échanger autour de cette pratique et de ses applications.

À la Maison de quartier le Trois-Mâts,
18, avenue de Montrouge à Bourg-la-Reine.

ENTRÉE LIBRE

BLRmedite.fr
AUFEM.org
bourg-la-reine.fr

Association AUFEM
09 72 89 95 69
aufem@free.fr