



Ateliers Afflatus
"Musique et santé"

"Bain sonore avec les bols chantants"



Le Festival Afflatus vous invite à une soirée inédite qui initie avec l'Atelier "Bain sonore avec les bols chantants" donné par Chloé Cina : Un moment de bien-être à vivre assis ou couché sur un tapis de yoga, couverture ou chaise-longue que vous porterez avec vous.

Les bols chantants s'inscrivent dans des traditions très anciennes, remontant à plusieurs millénaires. On en retrouve des traces en Inde, au Tibet et au Népal, où ils sont utilisés dans les temples de l'Himalaya. Aujourd'hui, ils accompagnent naturellement méditations et soins énergétiques car favorisent l'apaisement du mental, le relâchement des tensions, un sommeil de qualité et un rééquilibrage global du corps et de l'énergie. www.chloecina.ch

A la suite de l'Atelier: après une pause-boisson, un concert-méditation "Musique nocturne dans la chambre du Roi Louis XIV" à écouter en position assise ou allongée

samedi 23 mai 2026

**de 18h15 à 19h15, à Sion
(Temple protestant)**

*Prix Atelier : Frs 20.-
(Frs 10.- pour les
enfants accompagnés
d'un parent)*



Infos / inscription