

Méditation du lundi PM

Activités régulières ^[1]

18 September 2017 - 13:00 to 15:00

Lundi 13h - 15h - Séances d'après-midi

- méditation assise silencieuse
- méditation marchée
- méditation assise guidée
- mouvements de Pleine Conscience
- lecture d'un texte de Thich Nhat Hanh
- partages
- relaxation

MPC & MIAM, PB 55034, CP Centre Maisonneuve, Montréal, QC, H1W 0A1
514-272-2832 - info@mpcmontreal.org

Source URL: <http://www.mpcmontreal.org/?q=en/node/1357&mini=2021-08>

Links

[1] <http://www.mpcmontreal.org/?q=en/taxonomy/term/25>