

Rencontre d'information

Activités régulières [1]

01 Mars 2021 - 18:00 à 18:35

Premier lundi du mois, 18h - 18h45

Rencontre d'information [2] pour vous présenter :

- la notion de Pleine Conscience (**mindfulness**),
- notre pratique méditative
- les activités de l'Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal.

Les participants peuvent rester pour la soirée de méditation.

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

URL source: <http://www.mpcmontreal.org/?q=fr/node/1584&mini=2021-10>

Liens

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

[2] <http://www.mpcmontreal.org/?q=fr/node/413>