

## Méditation du matin

Activités régulières [1]

21 Juin 2021 - 7:30 à 8:15

**Matinées - Horaire d'été lundi - mercredi - vendredi : 7h30 à 8h15** (Accueil à partir de 7h15)

- méditation assise guidée
- méditation marchée ou mouvements de Pleine Conscience
- méditation assise silencieuse
- Chanson

Formulaire d'inscription aux méditations du matin [2]

**MPC & IPCAM, CP 55034 CP Centre Maisonneuve, Montréal, QC, H1W 0A1**  
514-272-2832 - [info@mpcmontreal.org](mailto:info@mpcmontreal.org)

---

**URL source:** <http://www.mpcmontreal.org/?q=fr/node/1603>

### Liens

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

[2] <http://www.mpcmontreal.org/?q=fr/node/1534>