

COURS

Méditation

Animé par Lorène Deschenaux

Pâquis

dès le 10 janvier 2018

tous les

1^{er} et 3^{ème} Mercredis du mois
19h00 à 20h00

Méditation guidée et méditation silencieuse.

Pratique de la pleine conscience selon

les enseignements du Bouddha.

Vipassana; la présence à l'instant.

Tous niveaux; débutants et
avancés bienvenus

Ouverture de la porte 18h45
Merci d'être installé à 19h00
salle bleue, 1^{er} étage



