

Session de Méditation de pleine conscience, *une démarche spirituelle pour un mieux-être!*

« Méditer n'est pas apprendre à faire, c'est apprendre à être »

John Main, moine bénédictin, fondateur du mouvement international de la méditation chrétienne.

La méditation ne transforme pas la réalité, mais elle transforme l'expérience que l'on a de la réalité; elle ne résout pas nos problèmes, mais elle ouvre sur une nouvelle façon de les aborder et d'agir sur eux.

Session de 8 jeudis du 3 mars au 21 avril 2022

De 19 h à 21 h

Fiche d'inscription à retourner au Centre de Spiritualité des Ursulines

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

_____ Code postal : _____

Tel. Résidence : _____ Cellulaire : _____

Courriel : _____

***Passeport vaccinal requis**

Dépôt de réservation : 50 \$ (non remboursable et non transférable) déductibles du coût total.

Coût : 145 \$ pour la session des 8 jeudis (indivisible)

Chèque à l'ordre : Centre de Spiritualité des Ursulines

Adresse : 20, rue des Dames-Ursulines

Québec (QC) G2B 2V1

Places limitées. Inscrivez-vous rapidement !

P.S. Merci de vous informer avec l'équipe de la réception pour la disponibilité de la session à laquelle vous désirez vous inscrire, avant d'envoyer votre fiche d'inscription avec le dépôt de réservation.

Croissance ~ *Sérénité* ~ *Unicité*

20, rue des Dames-Ursulines, Québec (QC) G2B 2V1

Tél : 418-842-1421 – Téléc.: 418-842-4111 – Courriel : info@CentreSpiritualiteUrsulines.com