



SAMYÉ
JARDINS DE MÉDITATION

du 24 au 28
juillet 2022



Retraite Mindfulness Juillet 2022 Neuroscience & Pleine Conscience

Les Jardins de Méditation de Samyé
Rue Fond des Gouttes 1 - 6500 BEAUMONT
Informations : + 32 (0) 71 32 15 65 -
info@kagyusamyeling.be

www.kagyusamyeling.be

JOURNÉE-TYPE

- 7h00-7h45 Méditation
8h00 Petit Déjeuner
9h00-12h30 Méditation guidée / Discussion et partage / Perspective neuroscientifique
12h30-15h30 Repas du midi / Repos
15h30-16h30 Méditation guidée / Discussion et partage / Perspective neuroscientifique
16h30-17h30 Echange avec Lama Rinchen
17h30 Pause en pleine conscience
18h30 Repas du soir
19h30 Méditation



Robbie Fenlon est certifié Integral coach (ICF-PCC), et guide de haute montagne (IFMGA).

Geneviève Major détient un doctorat en nutrition humaine et sciences de l'activité physique, et est enseignante du programme Manger en Pleine Conscience ME-CL (Mindfulness Based Conscious Living).

Geneviève et Robbie sont tous deux enseignants certifiés des programmes MBLC, CBLC (Mindfulness Association UK et Be) et Search Inside Yourself (SIY), un programme de pleine conscience, d'intelligence émotionnelle et neuroscience. Ils vivent en Suisse où ils gèrent la franchise suisse du Mindfulness Association, ainsi que True Nature.ch, qui aide les individus et les entreprises à atteindre leur plein potentiel avec les outils de pleine conscience et d'intelligence émotionnelle basée sur la neuroscience.