

# Comment **VIVRE** le meilleur de soi-même ?

Journée de ressourcement personnel & spirituel

Une journée dédiée à l'art de s'unir au meilleur de soi-même



**DIMANCHE, 9 JUIN**

**10h à 16h**

Ancienne **ABAYE DES CISTERCIENNES**

670 rangs Sainte-Éveline, Saint-Benoit Labres

Nous sommes heureux de vous accueillir pour vivre cet atelier mémorable dans un décor imprenable, une ambiance paisible & exceptionnelle au CŒUR du SILENCE !  
*Assistez à cette journée où spiritualité, amour et sagesse se marient.*

## Déroulement de la journée

**9h30 : HEURE ARRIVÉE pour INSCRIPTION**

10h00 : Enseignement

11h00 : Méditation

12h00 : diner

13h30: Enseignement

15h00 : méditation

16h00 : mot de la fin

**OUVERT À TOUS !**



**Matériel à apporter : bouteille d'eau, chaussures, couverture pour votre confort & cahier d'écritures**



une ambiance paisible et exceptionnelle  
au **COEUR** du **SILENCE**

**INSCRIPTION & INFORMATION**, auprès d'Anne Bouchard

418-625-8654 ou [annebouchard@sogetel.net](mailto:annebouchard@sogetel.net) ou [www.annebouchardmeditation.com](http://www.annebouchardmeditation.com)

**FRAIS ATELIER** : 120\$ tx incluse, **frais de repas non inclus**,

Inscription requise par téléphone ou courriel : 80\$ de dépôt à l'inscription (non-remboursable)

**MODE DE PAIEMENT** : Paiement interac ou par carte de crédit ou par téléphone

En m'informant de votre choix de repas.

**REPAS DU MIDI** : apporter votre **lunch** ou choix d'un repas au tarif de 20\$

### Un buffet aux saveurs estivales du monde

Choix de salades colorées à volonté

(Couscous royal, taboulé de chou-fleur, houmous, betteraves & noisettes grillées)

Pizza aux tomates et fromage

Dessert : Yogourt grec, servi avec coulis de rhubarbe & framboise

Brevage désaltérant



**RÉSERVER** votre repas avant le 31 mai

**POUR VOUS RENDRE**, 670 rangs Sainte-Éveline, Saint-Benoit Labres [carte & lien](#)

Google (lien cliquable) <https://www.google.ca/maps/place/Monast%C3%A8re+des+Circterciennes/@46.1003585,-70.7213114,12.5z/data=!4m5!3m4!1s0x4cb9c196b88539d5:0x71f8a5343448ba11!8m2!3d46.0541446!4d-70.7393648>

## PAUL BEAUDRY, auteur & enseignants spirituel

porteur d'une immense sagesse, seule sa présence suffit pour le découvrir. Il nous partagera généreusement quelques joyaux précieux de son cheminement. Ceux qui auront la chance d'être présent pourront se laisser absorber par la paix qu'il dégage autant que par la profondeur de son enseignement au cours de cette journée de croissance inédit. Vous recevrez des enseignements spirituels de Paul Beaudry et profiterez de méditations guidées, sonores et silencieuses. Pour aller plus loin en vous, guérir votre vie et créer votre vie telle que vous le souhaitez.

**Pour connaître davantage son œuvre** et son École de méditation qu'il dirige depuis 30 ans visiter son site internet : [www.meditationpaulbeaudry.com](http://www.meditationpaulbeaudry.com)



École de Méditation  
**Paul Beaudry**  
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL - MÉDITATION  
Cultivez votre grandeur

