



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](http://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.