



Une autre génération **ZEN ADO**

Méditation pour jeunes 13 -17 ans

Tous les mercredis de 15.00-16:30

Dès le 02 novembre 2011

prix mensuel : 30 chf



Centre Zen Soto Genève

15 quai du Cheval-Blanc

1227 Les acacias

Info+ 079 449 48 19

www.zen-geneve.ch

LE MERCREDI SI TU TRAÎNES C'EST QUE T'ES À LA TRAÎNE.

Chaque mercredi de 15:00 à 16:30, je fais de la méditation Zen pour les adolescents de 13-17 ans, sans endoctrinement religieux et quels que soient mes antécédents.

Je suis responsable je fais de la méditation pour une compréhension de soi et vivre dans le respect pour un monde plus sain et plus harmonieux [famille, école, copains et copines etc...].

Le mercredi, je fais de la méditation pour les adolescents avec des adolescents. L'adulte présent, qui est un moine Zen, est le référent du respect du cadre et de la liberté de chacun.

Le temps est consacré à la pratique, puis à l'échange honnête et respectueux de chacun.

Prix mensuel : Fr. 30.-

- Je viens 15mn avant l'heure soit à 14:45 avec une tenue sombre ample est souple.
- J'éteins mon portable, je n'ai ni bijoux et ni parfum.
- Je n'ai ni bu d'alcool ni fumé de joint.
- J'ai prévenu mes parents et leurs ai donnés l'adresse où je me trouve.
- Si je ne peux payer ma participation j'en parle avant.
- Je suis libre de venir et de quitter.

C'est où

Centre Zen de Genève
15, quai du Cheval-Blanc
1227 Les Acacias
Tél . 079 449 48 19
<http://zen-geneve.ch>

Je viens comment ?

Tram 15,17 arrêt Les acacias
Tram 12-14 arrêt Octroie