

## Renseignements

Pour toute information, vous pouvez contacter,

*par téléphone :*

- Vincent (Aix) : 06 16 58 95 04 - 04 42 50 31 62
  - Hélène (Aix) : 06 70 59 44 22

*Par email :*

[sanghasdemarseilleprovence@yahoo.fr](mailto:sanghasdemarseilleprovence@yahoo.fr)

sur la D45, à 50 mn de Marseille, 1 heure d'Aix ou Toulon



### Bastide Sainte Germain

Allée de Signes

83640 PLAN D'AUPS - Ste.BAUME

[http://www.timon-david.org/spip/article.php3?id\\_article=79&date=2005-11](http://www.timon-david.org/spip/article.php3?id_article=79&date=2005-11)

# WEEK-END de PLEINE CONSCIENCE à la Ste Baume du 3 au 5 octobre 2014



## Pratiques du Village des Pruniers

*avec la présence de  
trois enseignants du Dharma*

*Cher(e)s ami(e)s,*

*La Sangha de Marseille-Provence, soutenue par les Sanghas Sud Est, vous invite à un Week-end de Pleine Conscience, dans le massif de la Sainte-Baume.*

*Au cours de ces journées, les pratiques enseignées par le Maître Zen Thich Nhat Hanh et la communauté du Village des Pruniers seront centrées sur le thème de la parole aimante et seront facilitées par les enseignants du Dharma Marc Puissant, Michel Walzer et Corinne Marquis, présents pour tout ou partie du WE.*

*Ce week-end est ouvert à tous.*

*Il est fortement conseillé de participer à l'ensemble du week-end pour favoriser l'énergie collective.*

#### Début du week-end

**Vendredi à partir de 16h : accueil**

**19h : dîner**

**20h : présentation du WE et pratique du soir**

#### Fin du week-end

**Dimanche : 17 h.**

*Nous proposons aux participants d'exprimer leur gratitude au Village des Pruniers en pratiquant Dana (le don).*

*Une boîte à donation sera mise à votre disposition (prévoir un chèque ou des espèces indépendamment des frais du WE).*

#### Amener pour le week-end :

- Coussin ou banc de méditation, tapis de sol, vêtements confortables,
- Eventuellement couverture pour la relaxation,
- Literie (draps ou sac de couchage)
- Lampe de poche

#### Hébergement :

En dortoir, camping et quelques chambres individuelles (qui seront réservées par ordre d'arrivée des demandes). Nous disposerons d'une soixantaine de lits et d'une quinzaine de places en camping

#### Restauration :

Nous disposerons d'une cuisine en gestion libre.

***Nous remercions chaque participant d'amener 2 plats végétariens à partager pour le samedi et le dimanche midi.***

Les deux petits déjeuners et les deux dîners (vendredi et samedi soir) seront fournis et préparés sur place.

#### Tarif pour le WE:

Hébergement (20€) Restauration (15€) frais divers et de prise en charge matérielle des enseignants du Dharma qui nous offrent leur présence (10€)  
5 € de cotisation à l'association Soleil Bleu

**total 50 €**

## Inscription

**Date limite : Mercredi 24 Septembre 2014**

*(Afin que nous puissions passer commande des approvisionnements)*

### ***Week-end de Pleine Conscience du 3 au 5 octobre 14***

Envoi du bulletin d'inscription complété (un par personne)  
et d'un chèque de 50€ (un par personne aussi, merci !) à l'ordre de l'  
**Association Soleil Bleu**

**A : Vincent Nicotri, 27 Bd Ferrages - 13840 ROGNES**

*Pensez à indiquer votre nom au dos du chèque s'il est différent de celui du compte. Le solde sera réglé sur place à l'arrivée.*

**Nom, prénom :**

**Adresse :**

**Téléphone :**

**E-mail :**

**Sangha :**

Localisation du groupe de pratique :

**Avez-vous reçu**

les 5 Entraînements à la Pleine Conscience ? Oui. Non

Les 14 Entraînements à la Pleine Conscience ? Oui...Non

Faites-vous partie d'un groupe d'étude des 14 EPC ? Oui...Non

**Acceptez-vous la communication de vos coordonnées pour du covoiturage ?** Oui. Non

## Inscription

**Date limite : Mercredi 24 Septembre 2014**

*(Afin que nous puissions passer commande des approvisionnements)*

### ***Week-end de Pleine Conscience du 3 au 5 octobre 14***

Envoi du bulletin d'inscription complété (un par personne)  
et d'un chèque de 50€ (un par personne aussi, merci !) à l'ordre de l'  
**Association Soleil Bleu**

**A : Vincent Nicotri, 27 Bd Ferrages - 13840 ROGNES**

*Pensez à indiquer votre nom au dos du chèque s'il est différent de celui du compte. Le solde sera réglé sur place à l'arrivée.*

**Nom, prénom :**

**Adresse :**

**Téléphone :**

**E-mail :**

**Sangha :**

Localisation du groupe de pratique :

**Avez-vous reçu**

les 5 Entraînements à la Pleine Conscience ? Oui. Non

Les 14 Entraînements à la Pleine Conscience ? Oui...Non

Faites-vous partie d'un groupe d'étude des 14 EPC ? Oui...Non

**Acceptez-vous la communication de vos coordonnées pour du covoiturage ?** Oui. Non