

« Cultiver la paix en soi et autour de soi demande force et pratique, surtout dans les périodes difficiles » Thich Nhat Hanh

C'est avec une grande joie que nous vous invitons à la

JOURNÉE DE PLEINE CONSCIENCE

dans la tradition du Maître Zen Thich Nhat Hanh et du Village des Pruniers

Le dimanche 15 février 2026 de 9H à 16h30

Accueil à partir de 8h30

**A l'abbaye des Bénédictines, boulevard d'Avroy, 54 à
4000 Liège**

ATTENTION

Ne pas vous inscrire en réponse à ce mail.

Envoyez votre inscription/questions à l'adresse : journee.pc@gmx.fr

Nous vous invitons à apporter votre pique-nique (pas d'auberge espagnole), votre coussin, tapis et une petite couverture. Quelques tapis et coussins seront disponibles sur place si vous n'en avez pas.

La participation aux frais est de **15€** pour la journée. Nous vous proposons de payer le jour même.

ACCÈS : Si vous arrivez en train:

Prendre le tram, direction Liège Expo ou Coronmeuse, arrêt Pont d'Avroy
Ou le bus 20, direction Liège place des Carmes, arrêt rue Darchis.

Nous nous réjouissons de partager ces moments de pratique avec vous.

En respirations conscientes,

La Sangha du Centre Zen de la Pleine Conscience de Liège.