

Publié sur *Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal* (<http://mpcmontreal.org>)

[Accueil](#) > Mouvements de Pleine Conscience

---

## Mouvements de Pleine Conscience

Voici les mouvements de Pleine Conscience avec Thich Nhat Hanh et ses moines et moniales.

[Video of Thich Nhat Hanh - Ten Mindful Movements \(Mindfulness\)](#)

**MPC & IPCAM, CP 55034 CP Centre Maisonneuve, Montréal, QC, H1W 0A1**  
514-272-2832 - [info@mpcmontreal.org](mailto:info@mpcmontreal.org)

---

**URL source:** <http://mpcmontreal.org/?q=fr/Mouvements>

### Liens

[1] <http://mpcmontreal.org/?q=fr/file/2496>