

FÉVRIER 2026

CENTRE BOUDDHISTE KADAMPA TARA

TOUS LES COURS SONT DONNÉS EN VIDÉOCONFÉRENCE SEULEMENT, SAUF LES COURS DES MERCREDIS SOIRS QUI SONT DONNÉS AUSSI EN PRÉSENCE, AU 172 RUE ÉLAINE-C.-POIRIER, LOCAL 116, À SHERBROOKE. POUR PLUS D'INFORMATIONS SUR LES PRIÈRES, ÉCRIRE À [INFO@MEDITATIONASHERBROOKE.ORG](mailto:info@meditationasherbrooke.org)



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<div>2</div> <div>Joyau qui exauce les souhaits Prières 16 h 15 - 17 h 30</div> <div>Programme de fondation 18 h 30 - 20 h 30 Pour étudiants déjà inscrits</div>	<div>3</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35 (3\$) <b>Copier-coller, en ligne</b> Déjà fatigué ! Arrête de procrastiner Le vas-y 13h - 14 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div> <div>T’offrir le calme en soirée Méditation guidée + 19 h - 19 h 30 (6 \$)</div>	<div>4</div> <div>Joyau du coeur Prières 10 h - 11 h</div> <div><b>Nouvelle série</b> PG en présence/en ligne Épuisé d’aimer ? Coup de coeur 19 h - 20 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div>	<div>5</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35 (3\$)</div> <div></div>	<div>6</div> <div></div> <div></div>	<div>7</div> <div><b>Occasion spéciale</b> <b>Conférence publique à Magog</b> Monde agité : “Kit” de survie pour l’affronter Avec Kelsang Zhiné 25 \$ - Prévente 30 \$ - À la porte Pour en savoir plus : meditationasherbrooke.org/conférence-publique-a-magog</div> <div></div>	<div>8</div> <div>Tara Prières 11 h - 12 h</div> <div>Joyau du coeur Prières 17 h - 18 h</div>
<div>9</div> <div>Joyau du coeur Prières 10 h - 11 h</div> <div>Programme de fondation 18 h 30 - 20 h 30 Pour étudiants déjà inscrits</div>	<div>10</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35 (3\$)  <b>Copier-coller, en ligne</b> Épuisé d’aimer ? Coup de coeur 13h - 14 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div> <div>Offrande au guide spirituel Prières 18 h - 19 h 30</div>	<div>11</div> <div></div> <div>PG en présence/en ligne Épuisé d’aimer ? Lune de miel 19 h - 20 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div>	<div>12</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35 (3\$)  <b>Nouveau ! Cours et méditations à Magog</b> PG en présence seulement “Kit” de survie intérieure Le souffrant 19 h - 20 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$) Pour en savoir plus : meditationasherbrooke.org/cours-et-meditations-a-magog</div> <div></div>	<div>13</div> <div></div> <div>Joyau du coeur avec méditation Prières 18 h 15 - 19 h 30</div>	<div>14</div> <div>Retraite GPS du coeur 9 h à 17 h Avec Kelsang Zhiné (40\$)</div> <div></div>	<div>15</div> <div>Jour de Préceptes  Prières adressées au Bouddha de la Médecine Prières 11 h - 12 h 15  Powa Prières 16 h - 17 h</div>
<div>16</div> <div>Joyau qui exauce les souhaits Prières 16 h 15 - 17 h 30</div> <div>Programme de fondation 18 h 30 - 20 h 30 Pour étudiants déjà inscrits</div>	<div>17</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35 (3\$)  <b>Copier-coller, en ligne</b> Épuisé d’aimer ? Lune de miel 13 h - 14 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div> <div>T’offrir le calme en soirée Méditation guidée + 19 h - 19 h 30 (6 \$)</div>	<div>18</div> <div></div> <div>PG en présence/en ligne Épuisé d’aimer ? Choc de la réalité 19 h - 20 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div>	<div>19</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35 (3\$)</div> <div></div>	<div>20</div> <div></div> <div>Cours spécial Es-tu vraiment là ? 18 h 30 - 20 h 30 Avec Kelsang Zhiné Pour tous (15 \$)</div>	<div>21</div> <div>Joyau du coeur Prières 10 h - 11 h</div> <div></div>	<div>22</div> <div></div>
<div>23</div> <div>Joyau du coeur Prières 10 h - 11 h</div> <div>Programme de fondation 18 h 30 - 20 h 30 Pour étudiants déjà inscrits</div>	<div>24</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35 (3\$)  <b>Copier-coller, en ligne</b> Épuisé d’aimer ? Choc de la réalité 13h - 14 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div> <div>T’offrir le calme en soirée Méditation guidée + 19 h - 19 h 30 (6 \$)</div>	<div>25</div> <div>Offrande au guide spirituel Prières 13 h - 14 h 30</div> <div>PG en présence/en ligne Épuisé d’aimer ? S’ajuster en douce 19 h - 20 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$)</div>	<div>26</div> <div>Un “boost” de paix dans ta journée Méditation guidée 12 h 15 - 12 h 35  <b>Nouveau ! Cours et méditations à Magog</b> PG en présence seulement “Kit” de survie intérieure Premier répondant 19 h - 20 h 15 Avec Kelsang Zhiné (15 \$) Pour en savoir plus : meditationasherbrooke.org/cours-et-meditations-a-magog</div> <div></div>	<div>27</div> <div></div> <div>Joyau du coeur avec méditation Prières 18 h 15 - 19 h 30</div>	<div>28</div> <div>Atelier Sur l’autoroute du pardon 9 h 30 - 12 h 30 Avec Kelsang Zhiné (30\$)</div> <div>Tambour mélodieux Prières 14 h 30 - 18 h 15</div>	

Les prix indiqués sont les prix réguliers, pour les prix abonnements, voir site web section Tarifs et abonnements