



MARC BELVAUX

INSTRUCTEUR MBSR

Ancien cadre du secteur médico-social

Instructeur MBSR
(Mindfulness Based Stress Reduction)

Anime des stages et des retraites de
pleine conscience

*" A chaque seconde nous
entrons au paradis ou bien
nous en sortons "*

Christian BOBIN

*Après une carrière comme
éducateur auprès de jeunes en difficulté et
de personnes en situation de handicap
Marc a été cadre éducatif et responsable
d'hébergement.*

*Puis il a dirigé pendant cinq ans une
entreprise de charpente spécialisée dans
les aménagements paysagers.*

*Militant associatif, travailleur humanitaire,
Marc a nourri sa vie personnelle et sa quête
spirituelle de nombreux voyages de par le
monde et plus particulièrement en Asie.*

*Fondateur d'EQUANIMA, il transmet sur Pau
et ses environs depuis 2017 le programme
MBSR un programme de réduction du stress
basé sur la pleine conscience et anime des
retraites de méditation.*

*Marc est maintenant salarié de la METTA
VILLA où il réside manière permanente.*

contact@equanima.fr

06 85 12 23 81

www.equanima.fr