



# Institut GARUDA

Mindful & Coexist - Empathy & Altruism - Sharing & Development - Research & Education

[www.institut-garuda.org](http://www.institut-garuda.org)

Pôle administratif, Formation, Coaching et Action sociale  
2 lieu dit le Cormenier  
79340 VASLES  
05 49 64 49 11  
[association.garuda@gmail.com](mailto:association.garuda@gmail.com)

Pôle Mindfulness & Bien-être  
APJC  
LES PAVILLONS-SOUS-BOIS 93  
01 48 02 07 79  
[association.garuda@gmail.com](mailto:association.garuda@gmail.com)

Pôle Événementiel  
Antenne de PARIS 75  
06 51 98 52 90  
[association.garuda@gmail.com](mailto:association.garuda@gmail.com)

Pôle Mindfulness & Bien-être  
Antenne de  
SAINT THIBAUT DES VIGNES 77  
07 61 46 28 14  
[fredericbarquilla@gmail.com](mailto:fredericbarquilla@gmail.com)

Pôle Santé & Bien-être  
Seikitai-Jutsu  
LA LACELLE 61  
06 45 27 21 23  
[seikitaijutsu@gmail.com](mailto:seikitaijutsu@gmail.com)

Pôle ACTION SOCIALE	Pôle FORMATION	Pôle COACHING	Pôle EVENEMENTIEL	Pôle RECHERCHE et DEVELOPPEMENT	Pôle SANTE BIEN-ETRE
Insertion sociale et professionnelle > Arts et Culture > Parrainage > Ethologie Réinsertion Projet professionnel Création d'activité Aide administrative Parentalité Méditation ...	CNV Analyse Transactionnelle Spirale Dynamique Initiation aux Coaching Mindful Coaching Animation et cohésion de groupe Management du BAT Prévention RPS Gestion du stress ...	Coaching Individuel Préparation Mentale Coaching Managérial Coaching transition de vie Aide à la personne Développement personnel Cohésion d'équipe Team Building ...	Projet humanitaire Action écologique Action sociale Rencontre Intergénérationnelle Événement Conférences Salons Expositions Concert solidarité ...	Gestion de Projet Recherche de subventions Stratégie Programmes pédagogiques Sciences humaines Education Communication Programme MBSR adapté Organisation logistique ...	Shiatsu Seitai Méditation Relaxation Gestion du stress Yoga Arts-Martiaux Nutrition Naturothérapie ...



# Institut GARUDA

Mindful & Coexist - Empathy & Altruism - Sharing & Development - Research & Education

## Coexistence & Créative Solidarité...



## ...pour une société éveillée

**Institut GARUDA**, Association loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901 - n° Préf W931004658  
SIRET 832 235 790 00017 - APE 9499Z - [www.institut-garuda.org](http://www.institut-garuda.org)

«L'institut Garuda a pour buts et moyens d'œuvrer à la solidarité sociale et humanitaire, à la protection de la nature et des animaux et à la Coexistence Créative en proposant des activités et des services dans les domaines suivants :

**L'Action sociale** ; Réinsertion et insertion socioprofessionnelle à travers les arts et la culture, le parrainage, l'éthologie et tout autre moyen susceptible de favoriser et de développer les liens sociaux. L'accompagnement aux projets professionnels et à la création d'activité. Mais aussi des actions d'aides administratives, à la parentalité et à la médiation.

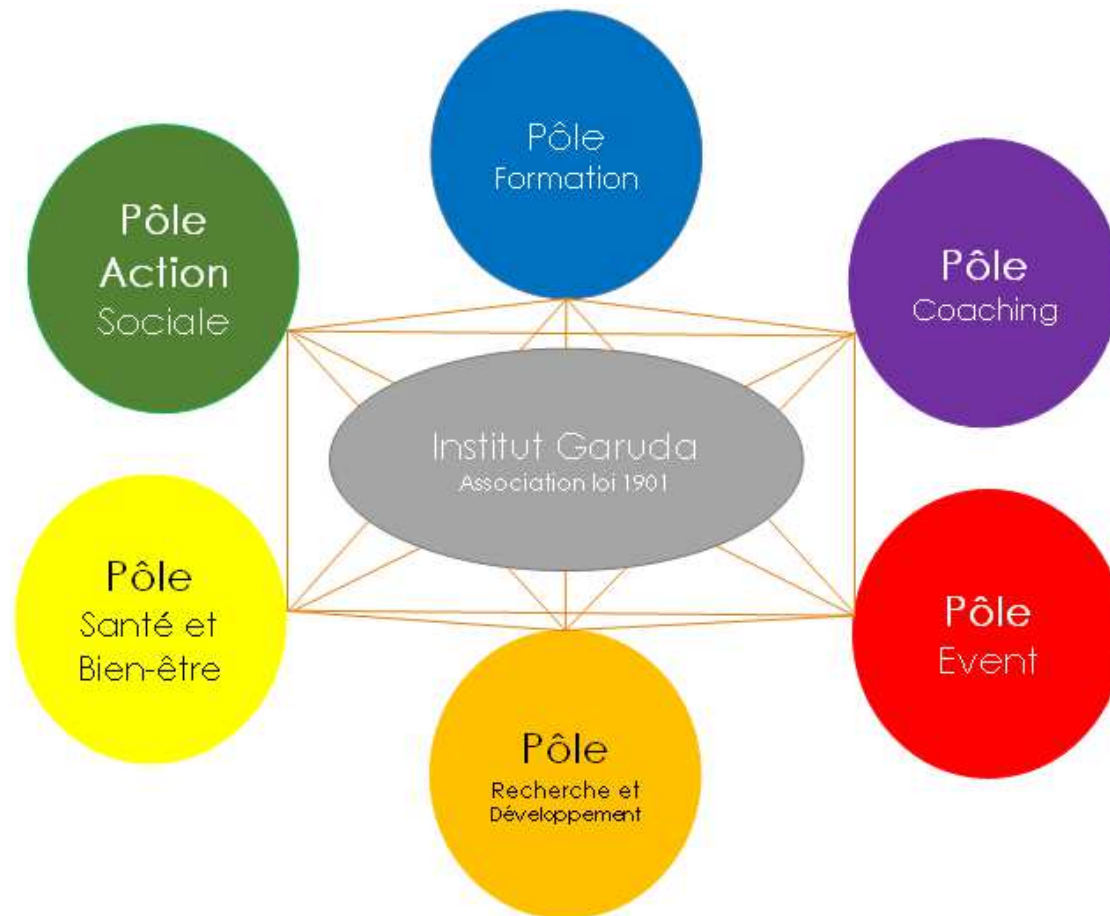
**La formation** ; en sciences humaines et en communication (CNV, Analyse Transactionnelle, Spirale Dynamique) en coaching individuel et collectif (cohésion et animation d'équipe et en management du BAT). Des formations dans le domaine de la santé et du bien-être (gestion du stress et de l'anxiété, méditation de pleine conscience, cohérence cardiaque, Shiatsu, prévention des RPS,...).

**Le coaching** en préparation mentale, transition de vie, développement personnel et coaching managérial...

**Le bien-être et la santé** en proposant des ateliers et cours de méditation de pleine conscience, de Yoga, de Qi gong, d'Arts-Martiaux, de gestion du stress et de naturothérapie, de Mindful Heat et de nutrition, de massage (Shiatsu, Seïtai, Do in...)

**L'événementiel et action ponctuelle**, en assurant l'encadrement et l'organisation de projets humanitaires, d'actions écologiques, de rencontres intergénérationnelles, de forums, de salons et de concerts solidarité... »

[www.institut-garuda.org](http://www.institut-garuda.org)



« Le Garuda est un oiseau mythique qui, quand il sort de l'œuf, est déjà adulte et prêt à prendre son envol pour ne plus jamais retoucher terre. Il plane dans la vastitude des cieux avec une détermination sans limite et de part sa grande acuité visuelle, rien ne lui échappe. Il est le symbole de la démesure. Dans les traditions Himalayenne, le Garuda représente le potentiel d'éveil de chaque être humain. »

L'institut Garuda a été fondé en 1994. Depuis ses débuts l'association propose des activités qui visent à participer au développement du potentiel humain et à entretenir les liens sociaux.