



seg	ter	qua	qui	sexta	sáb	dom
31 Fechado ao Público	1 8h-8h30 Confissão Bodhisattva 17h-18h Joia Coração	2 13h-13h30 Meditação Gratuita 17h-18h Joia Coração 19h30-21h Protege a tua mente	3 8h-9h Joia Coração	4 9h30-11h30 Apreciar o templo Voluntariado 13h-13h30 Meditação Gratuita 17h-18h Joia Coração	5 10h-13h Caminhada & Meditação 16h-17h Joia-que-Satisfaz-os-Desejos Com oferendas de Tsoa	6 14h Aberto ao público 16h-16h30 Meditação Gratuita
7 Fechado ao Público	8 8h45 Preces a Tara 17h-18h Joia Coração	9 13h-13h30 Meditação Gratuita 17h-18h Joia Coração 19h30-21h Protege a tua mente Aula semanal de budismo	10 8h-9h Joia Coração 19h-21h Oferenda ao Guia Espiritual com Tsog	11 9h30-11h30 Apreciar o templo Voluntariado 13h-13h30 Meditação Gratuita 17h-18h Joia Coração	12 9h-20h Iniciação de Prajnaparamita (PORTO)	13 14h Aberto ao público 16h-16h30 Meditação Gratuita
14 Fechado ao Público	15 6h30 Preceitos Mahayana 8h-8h30 Confissão Bodhisattva 17h-18h Joia Coração 19h-21h Programa Fundamental Aula aberta	16 13h-13h30 Meditação Gratuita 17h-18h Joia Coração 19h30-21h Protege a tua mente Aula semanal de budismo	17 8h-9h Joia Coração	18 9h30-11h30 Apreciar o templo Voluntariado 13h-13h30 Meditação Gratuita 19h-20h Joia-que-Satisfaz-os-Desejos Com oferendas de Tsog	19 10h-13h Workshop : Amar com Sabedoria	20 14h Aberto ao público 16h-16h30 Meditação Gratuita 17h-18h Ceremónia de Powa
21 Fechado ao Público	22 9h-11h Oferenda ao Guia Espiritual com Tsog 17h-18h Joia Coração 19h-21h Programa Fundamental Aula aberta	23 13h-13h30 Meditação Gratuita 17h-18h Joia Coração 19h30-21h Protege a tua mente Aula semanal de budismo	24 8h-9h Joia Coração	25 9h30-11h30 Apreciar ao templo Voluntariado 13h-13h30 Meditação Gratuita 19h-21h Oferenda ao Guia Espiritual com Tsog	26 10h-16.30h RESET MENTAL Um dia para parar e renovar o teu interior	27 9h30-13h Programa Fundamental e de Professores Aula aberta 14h Aberto ao público 16h-17h00 Preces pela Paz Mundial Com ensinamentos

Prática do Tantra do Yoga Supremo que requer iniciação: Quarta e Sexta, 7h30-9h *