

# LINDA SAVARD OREFICE

Cellulaire : (514) 712-3905

Courriel : lindaorefice@hotmail.com

## PROFESSEUR DE HATHA YOGA ET MÉDITATION / COACHING

*Compétences linguistiques : français et anglais*

---

- **Enseignement de Hatha Yoga;**
- **Guider des séances de pranayama;**
- **Animer des séances de méditations;**
- **Organiser et animer des séances de kirtan, séances de chants sacrés.**

### ***ENSEIGNEMENT DU YOGA (contrats)***

2015-...

- Hakini Clinique d'ostéopathie & École de yoga
- Association sportive et communautaire du Centre-Sud
- Atelier Palestra
- Centre Jeunesse de Montréal et à l'École Nationale de Cirque (occasionnel)
- Studio Un Pas Vers Soi
- Centre Sportif du Stade Olympique
- Kinékat Santé
- Cours offerts aux employés du Collectif
- Performance CX2
- Au Cœur des Sens
- Karma Yoga, Essentiellement Sol

### ***ANIMATION DE SÉANCES DE MÉDITATION***

- Séances de relaxation et respiration pour les aînés  
*Centre d'Action Bénévole Missisquoi-Nord* 2022-2023
- Méditation mensuelle au Centre Un Pas Vers Soi 2017-2018
- Méditation bimensuelle pour un groupe spirituel établi 2009-2014

### ***KIRTAN (animer des séances de chants sacrés, accompagnées de l'harmonium indien)***

- Centres : Temple Cœur, Boutique Ange Neige, Au cœur des Sens,  
Soham Yoga, The Singing Goat, Om Studio, Un pas vers Soi, Hakini,  
Yoga Shak, Espace Intérieur, Ashram du Kriya Yoga de Babaji, etc. 2015-...

## **Formations**

---

<b>Maîtrise en études du religieux contemporains, cheminement en soins spirituels</b> Université de Sherbrooke	En cours
<b>Première et deuxième initiation au Kriya Yoga de Babaji</b>	2023
<b>Formation Yoga du Souffle et du Son, François Raoult (20 heures)</b>	2019
<b>Formation Continue en Yoga Prénatal et Postnatal avec Bébé, Soham Yoga (35 heures)</b>	2017
<b>Formation Pathologies Posturale, École Satyam de Hatha Yoga (70 heures)</b>	2016-2017
<b>Formation en Yoga pour le Cerveau, École Satyam de Hatha Yoga (35 heures)</b>	2016
<b>Formation Satyam niveau 1, École Satyam de Hatha Yoga (300 heures)</b>	2015

**Baccalauréat en développement de carrière**  
Université du Québec à Montréal

2006

**Formation continue en développement de la personne et spiritualité**

2002-2017

- Voyages initiatiques: Inde 2024 (Sri Ramanasramam, Ganga Maa de Hridaya Kshetram, Yogi Ramsuratkumar Ashram) et Inde 2019 (Kumbh Mela, Amritapuri Ashram, Prasanthi Nilayam Ashram) Retraites en ligne et en personne avec Mooji (Advaita) : avril et juin 2020, août 2021, octobre 2023, Portugal avril 2024
- Formation sur le Lâcher-Preise, 5 ateliers par Sylvie Gingras: notion du lâcher-prise et les principales étapes.
- Maîtrise des Circonstances, par Mino Dallosto de NovaVista. Formation de 2 jours.
- Réflexothérapies. 71 heures. Formation reconnue et accréditée. Massage et techniques orientales.
- Attestation Formation Enseignante de Méditation, organisme de Sai Maa Lakshmi Devi
- PNL – Programmation neuro linguistique - Formation de base.
- Rassemblements et loges d'enseignements autochtones (enseignements reçus de personnes issues des nations algonquins, innus, mohawks et micmacs) depuis 2009
- Attestation de Techniques d'Impact - Approche individuelle, Académie Impact.
- Techniques d'Impact - Approche de groupe, couple, famille, Académie Impact.
- Attestation Thérapie d'Impact niveau I, Académie Impact.
- Retraites multiples de méditation et yoga, offertes par Sai Maa Lakshmi Devi et enseignants de 2008 à 2020

---

### **Autres compétences en relation d'aide, animation et coordination**

---

- Accompagnement des personnes dans leur processus d'orientation professionnelle;
- Conception de programme d'ateliers de développement personnel et de carrière;
- Animation d'ateliers et de programmes en relation d'aide
- Conférences dans des entreprises sur les thèmes suivants: motivation, prise de décision et gestion du stress;
- Coordination de projets et de services dans le domaine de l'employabilité;
- Représentation d'organismes des tables de concertation communautaires;
- Promotion de services d'organismes auprès des entreprises et d'instances publiques;
- Représentation des services des organismes aux foires professionnelles et scolaires;
- Établissement de liens avec des partenaires régionaux dans le cadre du service de régionalisation;
- Recrutement et formation d'intervenants.

### **Emplois en intervention sociale**

---

**Intervenante sociale / conseillère en développement de carrière**

2005-...

**Organismes :** SEMO de Granby et régions, Centre d'Action Bénévole Missisquoi-Nord, Le Collectif (CFIQ), Centre des Femmes du Plateau Mont-Royal, Renaissance, Corporation de Développement Communautaire Économique CDN/NDG, Carrefour Jeunesse-Emploi Notre-Dame-de-Grâce.

### **Engagement social**

---

Yoga et journée de ressourcement pour mères monoparentales, 2019

Levée de fonds pour les autochtones itinérants à Montréal et pour une communauté Haïtienne, 2016 et 2018

Essentiellement Sol, magasin d'aliments naturels, centre de ressourcement: aide générale, 2012-2014

Coordination de plus de 50 bénévoles pour un séminaire de développement personnel, 2011

Maquilleuse et bénévole lors de festivités pour enfants. La Maison des Enfants de l'Île de Montréal, 2011

Mentor, projet Québec Pluriel. Projet facilitant l'intégration des immigrants au Québec, 2010