

Accord&Vous... by Nature & Présence*



Un temps de pause, de ressourcement,
Un temps de re-trait(e)...

non pas pour s'isoler du monde mais juste pour se relier à soi, pour Être à soi, au temps, à la vie, et donc à l'autre.

Stage de printemps:

Du vendredi 22 mars à 19h au dimanche 24 mars à 17h

Au Mas Nouveau à Génolhac,

Au cœur des Cévennes et au cœur de nous-même !

Un lieu authentique, un peu magique... et surtout très chaleureux pour célébrer le printemps.

Animation & Inscription:

Dominique Dalat - Réflexothérapeute, Psycho-somaticienne, Conseil en Santé

Tél. 06 42 000 501

www.reflexologie-montpellier.com

Participation Financière:

-Stage = 165€

-Hébergement = Pension Complète pour la durée du stage de 160 à 200€ /personne avec accès au spa (hammam & Bain bouillonnant)

Toutes les informations détaillées sur mon site.

Le nombre de participants est limité à 10 personnes.

Inscriptions avant le 11 mars

En savoir plus...

Accord&Vous... s'incarne dans un rythme saisonnier, soit 4 rendez-vous par an sur 1 ou 2 journées, et toujours, dans un lieu proche de Dame Nature !

La pleine présence est le fil conducteur et la saison donnera le tempo du stage.

Le but étant de s'accorder cet « espace temps » pour se (re)connecter à ses ressources profondes, récupérer de l'énergie, de la créativité, relier corps et esprit, et prendre du recul dans sa vie afin de mieux appréhender le quotidien.

Les pratiques et supports utilisés sont issus des thérapies cognitives comportementales et émotionnelles, de la psycho-somatique, de l'énergétique chinoise, de la méditation de pleine conscience, de la phytothérapie...

- Fluidification corporelle issue du Qi Gong, du Brain Gym, du Stretching postural,
- méditation de pleine présence,
- relaxation visualisation positive,
- reliance à la nature,
- marche méditative,
- apprentissage d'auto-massages,
- temps d'intégration, de parole, de silence,
- alimentation végétarienne et utilisation des plantes sauvages et médicinales,

...

Ce stage-ci se déroulera avec l'énergie du Printemps et de la nouvelle lune...,

Et, l'énergie de ce lieu de nature très porteur et enchanteur,

Alors, tout deviendra possible...

A chaque instant qui passe, le rythme peut prendre une énergie différente : peu importe...

C'est ce qu'il nous est demandé de vivre au moment venu...

Nous ouvrirons notre corps, notre esprit et notre cœur vers plus de conscience afin de nous a-paix-ser progressivement et de nous ré-accorder avec nous-même et l'univers.

Bienvenue à vous !

Dominique

www.reflexologie-montpellier.com

by Nature & Présence* (blog en cours)

Les dates suivantes pour 2019 : 22 juin - 28&29 septembre - 21 décembre