



Invitation à l'écoute de soi

Séjour de développement personnel

Du samedi 29 au lundi 31 octobre 2011

3 jours/2nuits en pension complète

320 €/personne sur la base d'une chambre double
300€/personne pour un couple

Dans un cadre enchanteur à l'abri du tumulte de la ville, venez prendre le temps d'aller à la rencontre d'un être d'exception : VOUS.

Dans un travail en douceur, basé sur la réflexion personnelle et les échanges, nous vous invitons à (re)trouver une relation douce et harmonieuse avec vous-même. Grâce à l'apprentissage de l'écoute de soi, vous (re)découvrirez le respect de vos besoins fondamentaux et de vos désirs, en abandonnant les jugements et en contactant le plaisir simple d'être en vie.



Le but de ce séjour est de prendre conscience que les douleurs du corps sont une forme de réponse aux difficultés de gestion des besoins et désirs.

Valérie, formatrice et praticienne en kinésiologie et acupuncture depuis 15 ans, vous apportera toutes les techniques pour aller à la rencontre de **Vous-Même**, essentielle à une sensation de bien-être et de sérénité.

L'enseignement et la pratique seront transmis par des techniques non invasives, basées sur des méthodes de ressenti du corps, des jeux de questions à réponses multiples, des symboles et des dessins, des temps de paroles avec le groupe et des moments d'intégration méditative.

Cette première étape est la première d'un cycle de formation au développement personnel. Elle permettra de poser les fondations pour construire l'ouverture à

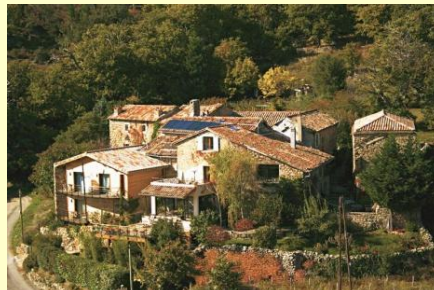
La Relation aux Autres.



Pour tout renseignement sur votre stage

Valérie DUPONT - Tél : 06 81 89 48 25
Email : v.dupont30@laposte.net

La Petite Cour Verte, Chambres et table d'Hôtes vous accueillera pour cette pause douceur, en Ardèche méridionale : véritable havre de paix où le temps et la nature règnent en maître, où la beauté des paysages vous absorbe totalement, où le silence est musique et propice au repos et au retour sur soi.



www.lapetitecourverte.com

Contact et inscription

Le programme du séjour sera envoyé par mail

Sylvie – 04 75 39 58 88
sylvie@lapetitecourverte.com

