S'OUVRIR A SOI

STAGE EN BRETAGNE

Besoin de vous ancrer dans votre vie, d'aimer votre vie, de vous détendre, de cultiver la bienveillance vis à vis de vous, de lâcher votre mental, de lever des obstacles récurrents, de développer votre intuition alors ce stage est pour vous.....

Le descriptif :
Au cours de cette semaine, je vous propose un cheminement progressif vers vous-même, vers l'autre, vers la vie. C'est à dire, je vous propose de vous guider vers une plus grande écoute en conscience : quelle partie de moi j'écoute? Mon émotion, mon mental, mon intuition...Comment j'écoute et qu'est-ce que j'en fais? Suis-je aligné(e), en accord avec moi ? En conflit? Comment j'accueille les parties douloureuses de moi-même qui créent limitations, obstacles à mes envies ? Comment je détecte les signes de mon corps?

Ce processus de travail sur soi s'articulera autour de moments d'échanges, de méditation, de relaxation, de voyages chamaniques, d'exercices corporels, d'exercices de créativité (écriture, dessin...), d'EFT, des temps de silence d'intégration : balade dans la nature...Ce programme sera adapté selon le groupe et sa demande.

Le lieu : CHRYSALIDE
Nestadio
56 680 PLOUHINEC
www.chrysalide56.fr

Les dates : du lundi 25 mai 17h au samedi 30 mai 2020 15h.

Le coût :
- stage : 380 € (au lieu de 495 € compte-tenu du contexte)
- hébergement en pension complète du lundi au samedi midi inclus :
Chambres à 2 : 400 € par personne
Chambres individuelles : 500 €

L'inscription : Pour des renseignements complémentaires, n'hésitez pas à me contacter.
Mes coordonnées: tél : 06 70 30 33 00,
mail : anne.chartin@club-internet.fr,
site : www.annechartin.com, Fb : facebook.com/annechartineft
Le nombre de places est limité à 12 personnes.
Pour vous inscrire, soit sur mon site, vous trouverez le bulletin d'inscription, soit sur papier libre : Prénom et nom, adresse postale et mail, âge, chambre seul ou à 2, restrictions alimentaires et un chèque d'arrhes de 200 € pour que la réservation soit confirmée, à m'adresser : Anne Chartin, Réflexologue, 68 ave Maunoury. 41000 BLOIS.
Les arrhes seront rendus dans l'intégralité jusqu'à un mois avant le début du stage, après cette date ils ne seront pas restitués, sauf si vous trouvez une personne pour vous remplacer.

L'animatrice : Anne CHARTIN accompagnatrice psycho-corporelle
Réflexologue, titre RNCP , praticienne en énergétique chinoise
Praticienne EFT /TLE(Emotional Freedom Techniques /Technique de Libération Emotionnelle)
Praticienne en soins chamaniques.
Professeur de Yoga, formée par le centre TAPOVAN de Paris.
Diplômée de l'Institut Grégory Bateson de Liège, sur la thérapie brève selon le modèle de Palo Alto.
Formée à différentes techniques de relaxation.
Formée à la Métamédecine par Claudia Rainville : développement personnel, décodage biologique des maladies.
J'exerce dans mon cabinet à BLOIS (41), je consulte également par skype.
Je suis formatrice en entreprises notamment pour le CNFPT sur la gestion du stress et des émotions.