



## **ANNE HELIE, ENERGETICIENNE**

### **STAGE 2 JOURS EN NORMANDIE**

(Hébergement\*, repas et prestation compris)

**DU 8 OCT (17h) AU 10 OCT (16H) 2021**

**DU 10 JUIN (17H) AU 12 JUIN (16H) 2022**

**Thème : ÊTRE AVEC SOI**

#### **PROGRAMME**

##### **VENDREDI**

17H-18H30 : arrivée et présentation de chacun et programme du weekend.

18H30-19H30 : Identifier vos attentes et besoins

19H30-21H : repas

21H-22H : Méditation.

##### **SAMEDI**

8H-9H : petit déjeuner

9H – 13H : travail sur vos ancrage, énergie, présence, ressources.

13H-15H : repas et repos

15H-18H30 : travail sur L'enfant intérieur et l'EGO. Détecter les émotions, les blessures majeures.

18H30-19H30 : repos

19H30-21H : repas

21H-22H : méditation.

##### **DIMANCHE**

8H-9H : petit déjeuner

9H-11H : hammam

11H30- 13H : comment exprimer ses besoins, ses valeurs

13H-14H30 : repas

14H30-17H : l'amour conditionnel et inconditionnel, créativité.

Programme modulable en fonction de la synergie du groupe, place à l'intuition...

Possibilité d'échange individuel pendant les pauses.

---

#### **A PREVOIR**

- Les chambres sont collectives : 1 chambre de 6, 1 chambre de 4, 2 chambres de 3. (voir le site [champdeletre.com](http://champdeletre.com)), une salle de bain dans chaque chambre.
- \* Linge de lit : compris/ Serviettes non comprises, apportez votre nécessaire (ou 6€ de location)/ Peignoir pour le Hammam, idem ci-dessus (ou 3€ de location)
- votre maillot de bain pour le hammam, savon noir (ou 3€ la dose), gant crin (ou 5€ le gant)
  - Un plaid pour les méditations et confort personnel.
  - Pour les musiciens, pensez à apporter votre instrument ...
  - Chaussures de rando ou baskets, tenue souple de préférence.

#### **REGLEMENT**

- 2 chèques d'arrhes à l'inscription : 1 de 130€, 1 de 80€ (sans ordre)
  - 1 chèque à l'arrivée : 130€.