



STAGE

*Une parenthèse de 3 jours dans le
Luberon
pour une meilleure reconnexion à soi*

DU 25 AU 27 FÉVRIER 2022

TARIF : 650 €

Comprenant le stage, l'hébergement et la restauration

Nombre de places limitées

Infos et réservation au 06 95 71 79 09

ou 06 23 27 56 19

NOTRE PROGRAMME

PLURIDISCIPLINAIRE

*Des séances de Sophrologie associées à :
La Méditation, l'Auto-Hypnose...*

Jour 1 - Commencer à changer de rythme :

vous permettre de déconnecter et d'explorer d'autres rythmes

L' énergétique chinoise, la PNL...

Jour 2 - Prendre du recul par rapport à un mental trop présent :

vous donner les clés d'outils pratiques à utiliser au quotidien.

La communication non violente, le Coaching...

Jour 3 - Prendre conscience de vos capacités et de vos ressources

vous permettre de révéler vos ressources intérieures, vos talents

Des surprises !

Des sorties en pleine nature pour ponctuer les journées

Julien LAFOIX notre chef à domicile sera présent pour concocter des petits plats

Des journées et soirées cosy au mas les blondes : charme et convivialité proche de l'Isle sur la sorgue

<https://www.villasduluberon.fr/>



QUI SOMMES NOUS ?

Deux passionnées souhaitant faire découvrir leurs pratiques dans un cadre propice
au lâcher-prise et à la déconnexion

Véronique Daniel (Sophrologue et Hypnothérapeute) et Sandra GUILIANI
(Sophrologue, coach et thérapeute en énergétique chinoise)