

STAGE DANS UNE NATURE ACCUEILLANTE

« Ma vie en mieux »

Du jeudi 21 mai, arrivée entre 14 et 16h, au
dimanche 24 mai 2020, après le déjeuner.

-Ambiance chaleureuse et bienveillante-



LIEU : Lalande (89130), 25 km d'Auxerre, 5
km de Toucy, en BOURGOGNE.

**Stage 3 jours/3 nuits : 360 euros par
personne** (recouvrant animation de la
formation, hébergement, petits déjeuners, repas,
ménage et draps). Chambre de 2 à 4 personnes.

**En pension complète. Cuisine
végétarienne, locale et de saison.** Le
Hameau de Lalande se situe à Lalande dans
l'Yonne, à 170 kms au sud de Paris. Cette très
belle propriété s'étend sur 5 000 m² de jardin.
Dans un hameau, entouré par la nature, belle
vue dégagée, vallonnée et boisée. Calme et
détente assurés, à 5 minutes en voiture de la
petite ville de Toucy.



www.facebook.com/leHameauDeLalande

VOTRE QUESTIONNEMENT

- Vous avez l'impression de faire du sur place et
de ne pas avancer
- Vous êtes insatisfait de votre vie
- Vous avez des difficultés relationnelles
- Vous souhaitez mieux gérer vos émotions
- Vous souhaitez mieux comprendre votre
fonctionnement et celui des autres
- Vous voulez être en connexion et en phase
avec vous-même

NOTRE PROGRAMME

Avec la Relation d'aide, le Coaching, la
Sophrologie et la Thérapie créative, nous
appliquons **notre méthode OREE** :

Optimiser sa communication et ses **R**elations,
Exprimer et réguler ses **E**motions.

→ **Devenir soi, pour soi et avec les autres.**

NOTRE ENGAGEMENT

Notre approche est globale et humaniste et
notre pédagogie participative et interactive.
Nous mettons en avant dans ce stage l'axe
psychologique, l'émotionnel et le corporel.

*Notre devise : commence par changer en toi ce que tu
veux changer autour de toi !*

LES BIENFAITS DU STAGE

3 jours de stage pour embellir sa vie émotionnelle
et relationnelle, dans un cadre de pleine campagne
-En BOURGOGNE-

Loin d'être seulement une parenthèse enchantée,
il est, surtout, une réelle opportunité d'exporter
ces nouvelles pratiques dans votre vie
quotidienne.

STAGE ANIMÉ par :

Anouk TABET

Passionnée par l'humain et les relations,
Coach/Psychopraticienne spécialisée en
relations amoureuses et familiales,
Sophrologue et également Praticienne en
massage bien-être



Caroline VALBRUN



Passionnée de musique et de cuisine,
Psychopraticienne en Relation d'aide,
spécialisée en TCA et Psychogénéalogie.
Se produit sur scène également, aime
mélanger les genres, les âges et transmet son
art avec passion

MASSAGES (en supplément), 45 € les 45
minutes. Massages visage crâne ou corps.
Avec notre partenaire MJ'Beauty Joigny.
Réservation obligatoire (à préciser sur votre
bulletin d'inscription).

S'INSCRIRE en téléphonant au 06 89 17 55
30/06 61 51 21 57 ou par mail
lehameaudelalande@gmail.com