

Prendre soin de son couple

Du vendredi 12 au dimanche 14 avril
ou du 20 au 22 septembre 2024

NOURRIR LE LIEN AMOUREUX

-En BOURGOGNE-
Séjour en pleine nature
3 jours et 2 nuits



Le hameau de Lalande
à 170 Kms de Paris

Loin du tumulte, ce long week end
vous invite à une parenthèse de
douceur pour nourrir le lien
amoureux.

**Ambiance chaleureuse et
bienveillante**

Objectifs

- ✓ Se reconnecter à soi et à son partenaire
- ✓ Se (re) découvrir, (re)créer de la complicité, se retrouver
- ✓ Mieux se connaître pour mieux comprendre son fonctionnement

Programme

- ✓ Des cercles de partage
- ✓ Des pratiques bien-être
- ✓ Des rituels de reconnexion
- ✓ Des propositions ludiques pour améliorer sa communication
- ✓ Une séance d'initiation au massage intuitif, technique et sensuelle
- ✓ Un voyage sensoriel

Les intervenantes



Passionnées par l'humain et les relations, nous vous accompagnons en petit groupe pour un séjour de qualité et de pleine attention.

Mélanie Loizeau

Praticienne psychocorporelle avec le massage intuitif, énergétique, la relaxation et le coaching.

Anouk TABET

Psycho praticienne, formée à la thérapie brève conjugale et sexothérapie, sophrologue et praticienne en massage bien-être.

Infos et inscriptions

Tél : 06 89 17 55 30 / 06 31 24 09 28

lehameudelalande@gmail.com

- **Accueil** : arrivée entre 16h et 17h30
- **Ouverture du stage** : vendredi 18h
- **Départ** : dimanche 17h
- **Nombre de participants** : 10 maximum



Restauration et Hébergement

- En pension complète.
- Cuisine locale et de saison.
- Chambres individuelles
- Draps fournis.
- Prévoir serviette de toilette.



Tarifs

430 euros /personne

Ce prix comprend :

- Animation et frais pédagogiques : 250 euros
- Hébergement en pension complète 2 nuits : 190 euros

Le Hameau de Lalande En Puisaye

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. Nous sommes dans un hameau, entourés par la nature, belle vue dégagée, vallonnée et boisée.

Calme et détente assurés, à 5 minutes en voiture de la petite ville de Toucy.

Accès

- **En voiture** : Autoroute A6 (sortie 18) puis suivre D3, D955 et D3 en direction de Lalande. Covoiturage possible
- **En train** : Gares SNCF d'Auxerre (25 kms) ou Joigny (35 kms).