

EPANOUISSEMENT AU FÉMININ :
OSEZ ECOUTER VOS BESOINS ET RAYONNER !

Programme Stage



Du 29 au 31 Mars 2024

stage

du vendredi 29 Mars à 14h au
dimanche 31 Mars à 16h

Ce séjour vous offre un moment POUR vous, pour vous poser, vous reposer, pour explorer VOS besoins, ce que vous ressentez vraiment et ce que VOUS voulez au plus profond pour vous et votre famille.

Pour vous soutenir dans cette exploration, des temps en groupe, des moments de réflexion, des ateliers créatifs, des cercles de partage, des exercices de connaissance de soi vous seront proposés.

Le lieu, tranquille, vous invite à ce temps de pause et de retour à soi.

Vous serez libre de cheminer à VOTRE rythme, à la cadence de VOS envies et de VOS besoins. Vous serez entourée d'autres femmes, dans la même intention de se ressourcer.

Les femmes enceintes sont les bienvenues.



STAGE

2024

Où est-ce que ça se déroule ?

Dans la maison du Bien-être
Penelopé à Pinel Hauterive dans
le Lot et Garonne (47380).

En pleine campagne, dans un
contexte apaisant, sans vis-à-
vis, avec une piscine
Une grande salle de 120 M2
pour les ateliers.

<https://youtu.be/upJvIcGVEdc>



- Séjour en petit groupe
- 5 chambres individuelles
- 1 dortoir cosy
- Séjour, Salle à manger et Salon en commun
- 1 grande salle d'activités

Comment ça se déroule ?

Vendredi :

Arrivées à partir de 14h

Le vendredi après-midi est un temps dédié à l'accueil, la détente, le partage...

(possibilité d'arriver le soir pour les personnes qui travaillent)

Samedi:

Apports théoriques, jeux collectifs, cercle de femmes, tirage d'oracles, danse...

Dimanche:

Mise en pratique, Créations, partages...

Fin du séjour le dimanche à 16h

Des co-voiturages pourront être organisés



Hébergement et Repas inclus

Pamela, notre traiteur

Elle est présente durant le stage avec une cuisine healthy et gourmande.

Tous les repas sont préparés sur place avec des produits du terroir et une cuisine raffinée.

@cuisine_de_pamou



QUE VA-T-IL SE PASSER ?

Pendant ce séjour, il y aura des temps collectifs

1

- Cercles de parole
- Echanges de connaissances et de savoirs faire
- Massages, auto-massages
- Relaxation
- Activités collectives
- Ateliers créatifs (mantras, tableaux d'intention...)
- Possibilité de promenades en pleine nature

2

Et des temps individuels

- Ecriture, lecture
- Expression artistique
- Balade
- Réveil corporel
- Connexion avec les animaux et la nature (il y a des chèvres, des poules et Yin, la chatte)
- Massages

3

Des temps de repas partagés

Pamela, notre traiteur nous concocte de super plats healthy

Qui m'accompagne ?



Alexandra
Labattut
Doula



*Accompagnante
parentale*

Praticienne en massages

*Animatrice d'ateliers
parents enfants*

Alexandra est formée en Education Spécialisée (DEES, Diplôme d'Etat d'Éducatrice spécialisée), elle a travaillé durant plus de 10 ans dans la protection de l'enfance, dans un SESSAD et dans un Service de soutien à la parentalité.

Aujourd'hui elle fait des formations complémentaires en périnatalité, massages et en parentalité respectueuse. Elle propose ses services de Doula auprès de femmes, futurs parents et également au sein d'Associations, etc....

Alexandra est également formatrice dans le secteur social.

@Omayya Doula Alexandra

Birac sur Trec

PROGRAMME STAGE

2024

Qui m'accompagne ?



Carine
Panchéri



Coach de Vie

Energéticienne

Magnétiseuse

*Facilitatrice de cercles
de femmes*

Accompagnante ateliers

Carine est formée en Education Spécialisée (DEES, Diplôme d'Etat d'Éducatrice spécialisée) et a un Master en Management (CAFERUIS).

Elle a travaillé durant 22 ans dans la protection de l'enfance. Elle a créé et dirigé un service de Soutien à la Parentalité pendant 10 ans et un service de Placement familial.

Aujourd'hui, elle guide les âmes individuellement à travers une variété d'outils, tels que le coaching, les soins énergétiques, les guidances, etc. Elle mène également des ateliers de groupe, tels que la création de tableaux d'intentions, des cercles de femmes, des journées à thème, des ateliers et des stages.

Elle intervient également en institution pour éveiller la confiance en soi, l'estime de soi et animer des groupes de parole.

@ Carine Panchéri Coach de Vie-Energéticienne

Saint-Avit

PROGRAMME STAGE

2024

Tarifs

Stage + Hébergement en Pension complète : 400 €

- Chambres partagées
- 50€ supplémentaires pour une chambre individuelle
- Remboursement et frais d'annulation (voir conditions sur le contrat d'engagement ou sur simple demande)

Vous pensez que ce séjour est fait pour vous ?

Contactez-nous: contact@carinepancheri.com / alex.labattut@gmail.com

ou laissez-nous un message au 06.87.31.15.30 ou 06.62.72.73.39.

Nous vous fixerons un rendez-vous téléphonique pour faire connaissance et vous donner de plus amples renseignements.



PROGRAMME STAGE

2024
