



Retraite « Parenthèse Au Coeur de Soi »

du 7 au 10 Octobre 2021 - Domaine de Montciel - Jura
Hébergements sur place - Les gîtes d'Elytine - www.location-jura.fr
Tout compris Ateliers, Hébergement, Pension complète, 570.00 euros



Jeudi 7 Octobre à 9H30, nous vous attendons pour l'accueil Café & Thé, soyez les Bienvenus !



Vous désirez :

- Partager des moments privilégiés,
- Ouvrir et nourrir votre coeur et votre corps,
- Prendre du temps pour revenir à l'essentiel,
- Accéder à plus de lâcher prise grâce à l'énergie collective.
- Découvrir votre potentiel à travers les guidances et grandir votre ressenti,
- Vous recentrer, vous aligner et prendre le temps de porter un regard intérieur sur vous-même ?



Venez nous retrouver pendant ces 4 jours pour partir à la rencontre de votre Soi intérieur dans la bienveillance, la coopération, la joie, la sécurité, le non-jugement, l'Amour de Soi, la Gratitude de l'instant et la confiance, dans l'intimité d'un petit groupe mixte. ✨

Lieu

Domaine de Montciel

23 Avenue de Montciel 39000 Lons-le-Saunier
www.domainedemontciel.fr



Logement sur place


dans les Gîtes d'Elytine, www.location-jura.fr
en appartements partagés, lit simple, dans un lieu propice au calme et au bien-être. Gîte 2 épis
Soyez les Bienvenus !




Inscriptions par mail domainedemontciel@gmail.com
Infos Martine 06 89 27 65 60

 **9 intervenants pour vous accompagner pendant ces 4 journées :**



Isabelle Canda,  **Professeur de Hatha Yoga** diplômée Eva Ruchpaul, Maître reiki Usui, formée à L'art ancien de la guérison par la vibration des bols chantants. Mouvements et éveil du corps tout en douceur, Déroulez votre tapis et respirez en conscience !
<https://isayoga39.weebly.com/isabelle-canda.html>

Patricia Stohr,  **Conférencière** « les EMI (expériences de mort imminente) », Facilitatrice en Méditation guidée, Accompagnante de l'Être sur son chemin d'éveil - Ateliers & Méditations guidés - Soins individuels et collectifs.

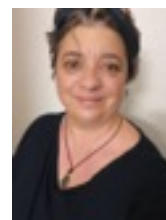


Maître Pasang Kaji Lama, 3ème génération de Maître Guérisseur,

qui partage la connaissance profonde, Thérapeute, professeur de yoga, Conférencier, Formateur « les secrets des bols Tibétains », WE retraite de connection à soi, Massages énergétiques tibétains & Mantras, Concert de bols chantants et enseignement bouddhiste.

Isabelle de Troyes, Créatrice de Bonheur Culinaire 

Mettre de la magie, de la joie et du Bonheur dans la cuisine de tous les jours, c'est possible ! C'est ce que je fais dans « ma Cage aux Fioles » en encodant facilement toutes mes créations. Je vous emmène sur la voie de vos propres créations magiques dans la joie et la bonne humeur.



Antoine Thivet, Energéticien Naturopathe, 

La marche est le moyen de déplacement le plus naturel et agréable qui soit, marcher en conscience nous permet de nous recentrer et nous retrouver tout en étant présent à ce qui nous entoure et à nous-même. Elle combine l'action à l'observation et nous aide à "ÊTRE"

Martine Thierry Cartomancienne,

L'intuition est une faculté de l'esprit, une source d'inspiration, d'instinct, de pressentiment... C'est une guidance. Tout comme les planètes nous conduisent sur notre chemin ainsi que les chiffres, tout est reliance pour nous apporter confiance.

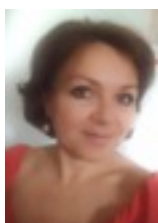


Isabelle Cetou, Médecin Conférencière,

Et si finalement l'enjeu de cette période que nous traversons est de revenir à Soi, quelle conscience puis-je mettre dans ma Nourriture ?

Martine Closcavet, Tisseuse de liens, 

Accompagnante positive, intendante du stage et des repas pour une cuisine colorée, végétarienne et Bio-locale.



Corinne Olivier, Luxopuncture, E.F.T., Massages

énergétiques, une approche naturelle de guérison avec des techniques simples qui viennent aligner l'énergie vitale corps/esprit et libérer nos émotions refoulées.

PROGRAMME

Jeudi

à partir de 9H30 Accueil de Bienvenue & Petit Déjeuner gourmand

Présentation de chacun et du groupe - Déroulement du stage & Infos essentielles
Visite des lieux, des salles et des appartements partagés.

11H00 Préparation collégiale du repas & Déjeuner Salle Côté Sud avec Isabelle Detroyes, Créatrice de Bonheur Culinaire & Martine, nous mettrons ensemble un soupçon de magie, de joie et de conscience dans notre déjeuner.

14H00 avec Isabelle Cetou Médecin, « Et si finalement l'enjeu de cette période que nous traversons est de revenir à Soi, quelle conscience puis-je mettre dans ma Nourriture ?

17H30 Voyage sonore et chants chamaniques avec Maître Pasang Lama
Salle Sens & Mouvements

19H00 Méditation guidée avec Patricia, salle Sens & Mouvements

20H15 Dîner avec Isabelle DT et Martine,

Vendredi

8H00 Eveil en douceur, Yoga avec Isabelle C. Salle Sens & Mouvements

9H00 Petit Déjeuner

10H00 Promenade méditative avec Antoine

« Les pensées peuvent aller dans des milliers de directions, mais sur ce magnifique chemin, je marche en paix. A chaque pas, le vent souffle, à chaque pas une rose éclôt. » Thich Nhat Hanh

12H30 Déjeuner Salle Côté Sud - Création collégiale de rouleaux d'automne - granité de poire au caramel de dattes.

14H30 Atelier en guidance avec Patricia, Apprendre à ressentir sa puissance intuitive et son alignement

16H00 Atelier Martine Thierry, « L'intuition est une faculté de l'esprit, une source d'inspiration, d'instinct, de pressentiment... C'est une Guidance, tout comme les planètes et les chiffres nous conduisent sur notre chemin, tout est en reliance pour nous amener la Confiance »

18H00 temps de pause

19H30 Dîner

Samedi

8H00 Eveil en douceur, Yoga avec Isabelle C. Salle S & M

9H00 Petit déjeuner

10H00 Atelier guidé avec Patricia Apprendre à communiquer avec ses organes

12H30 Déjeuner

15H00 Atelier Corinne Olivier, Découvrir l'automassage, l'acupressure et l'E.F.T.

17H00 Temps de pause

18H00 Préparation collégiale du repas avec Isabelle DT et Martine

19H00 Dîner

Dimanche

8H30 Petit Déjeuner

9H30 Conscience du corps avec Isabelle, Bols Tibétains & Respirations

11H00 Bagages, Nettoyage & rangement des gîtes

12H00 Déjeuner

14H30 Méditation guidée de Paix & gratitude avec Patricia

15H30 Débriefing autour d'une boisson chaude & 17H00 Fin du stage...

Inscriptions par mail domainedemontciel@gmail.com

Infos Martine 06 89 27 65 60

Acompte de 150 euros pour valider l'inscription Domaine de Montciel 23 Avenue de Montciel 39000 Lons le Saunier à l'ordre de DMC - Merci de nous préciser vos Nom - Prénom - Adresse & Téléphone

Merci d'amener vos serviettes de toilette, vos chaussons, votre étole ou plaid et votre tapis de yoga

**Possibilité de séance d'une heure sur réservation salle des Lys :
vendredi entre 18H et 20H - samedi de 17H à 19H - dimanche 13H30**

- **Rebutement en douceur avec Judith Simon** Energéticienne & Conseils en Guérison
- **06 85 81 13 35**
- **Massage avec Corinne Olivier**, Massage énergétique pour aligner l'énergie vitale corps/esprit et libérer nos émotions refoulées **06 88 41 79 08**

Inscription directement auprès d'elles si vous le souhaitez Tarif 40€
