Une bulle de douceur

By Karine G.



Etre connectée à sa féminité

Le temps d'un week-end, viens prendre le temps qui t'est nécessaire pour te reconnecter à ta féminité, retrouver toute sa puissance et te sentir mieux avec elle. Un moment rien qu'à toi, entourée d'autres femmes.

450€

par pers.

Une bulle de douceur

Une bulle de douceur, c'est un week-end entre femmes pour aborder une thématique bien particulière.
Ce week-end, est un véritable espace de douceur, que l'on choisit de s'accorder. Une fois arrivée à la gare, vous n'avez plus d'intendance à gérer, laissant votre esprit entièrement disponible pour votre bien-être.

Ce week-end n'est pas une thérapie

C'est un espace de bien-être, de compréhension et d'expérimentation. Il peut ouvrir des pistes, donner des clés, créer un déclic ou simplement permettre de souffler. Il ne remplace pas un accompagnement professionnel lorsque celui-ci est nécessaire.

Ce week-end est pour toi si ...

Tu as besoin de ralentir, de comprendre certains mécanismes, de retrouver de l'espace, de te reconnecter à toi et de repartir avec des outils concrets.

Ce week-end est un partage, pas une mise à nu...

La parole a sa place, mais personne n'a besoin de raconter toute son histoire. Tu peux parler de ce que tu ressens, de ce que tu traverses, de ce que tu souhaites comprendre ou apaiser, sans entrer dans des détails que tu préfères garder pour toi. Ton espace personnel sera toujours respecté.

Le programme

Vendredi soir

Accueil à partir de 17h

Cercle d'ouverture
Qu'est-ce que la féminité pour moi aujourd'hui?

Dîner

Samedi matin

Atelier - Le miroir autrement : Ce que je ne regarde volontairement plus de mon physique

Atelier - Ce que j'ai appris à cacher : Mes traits, mon caractère, ma vision de femme, je les cache, mais pourquoi?

Repas

Samedi après-midi

Atelier - Apprendre ses limites. Dire "non" pour se respecter. Commencer en douceur à se privilégier.

Atelier de danse tahitienne : Toutes en paréo pour s'ancrer dans sa féminité !

Samedi soir
Dîner, jeux, discussions informelles, questions si elles viennent - et surtout de la place pour le rire.

Dimanche matin

Atelier Rituel à la source de la Touvre
Déposer la femme que l'on ne veut plus être, celle qui a été mais qui ne sera plus.

Tout peut être écrit : une posture, une attitude, un comportement, une manière de se sentir. Tout sera rendu à la source.

Déjeuner

Dimanche après-midi

Atelier - La femme que je m'autorise à devenir : J'écris le portrait de celle que je m'autorise à être.

16h - Collation

16h30 / 17h : fin du week-end.





INFOS PRATIQUES

Du vendredi 17h au dimanche 16h30/17h • Hébergement en gîte • Repas, collations & boissons inclus
• 8 femmes maximum • Arrivée et retour gare d'Angoulême organisés • 450 € par personne - hors transport jusqu'à Angoulême
contact pour réserver : contact.karineg@proton.me