

La marche et l'expression créative
pour cheminer vers des

Instants Propices®

23 & 24 mars 2024

à IFFENDIC (35)



Dans l'esprit d'un voyage tourné vers soi, où l'attention est portée sur le moment présent, un week-end résidentiel de marche et d'expression créative est organisé pour les personnes qui souhaitent cheminer en conscience sur leur voie.

Pour que ces instants soient propices à votre chemin de vie, ce stage vous permettra :

- d'écouter ce qui est silencieux en vous et qui veut se faire entendre,
- de percevoir ce qui émerge en vous et qui tente de se faire reconnaître,
- d'exprimer avec authenticité et intégrité qui vous êtes.

**Du samedi 23 mars 10h au dimanche 24 mars 2022 à 16h
à la Frohardière, IFFENDIC.**

Au programme : de la marche, le samedi matin et en soirée (max. 10 km au total) puis le dimanche matin (max. 5 km) et en salle des temps d'écriture, de collage et de peinture.

L'équipement de marche non spécifique mais recommandé sera précisé ultérieurement.

Les repas sont auto-gérés par les participants (cuisine à disposition).

L'hébergement en chambre collective est de 18 €, à régler au propriétaire du gîte.

Un acompte de 50 € est demandé à l'inscription.

Groupe de 8 personnes

Le tarif du stage est de 175 €
(Facilités de paiement possibles)

Le stage est animé par Emmanuel Marien BERGHE, créateur d'**Instants Propices**® & Gestalt Praticien
emmanuel@instants-propices.fr - 06 83 82 19 07 - www.instants-propices.fr