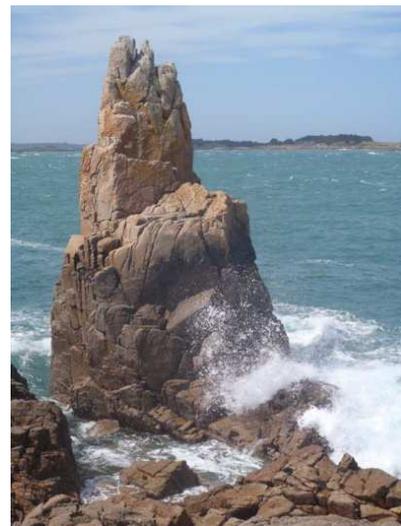


Présence à Soi...



Séjour de ressourcement en Bretagne

Du 21 au 25 août 2017

A Plouezec (22470) 14, route de Kervor & environs

550€ pour les activités proposées et les soins + **pension**

Les repas sont préparés en commun dans un esprit créatif et méditatif.

Informations : **Marie-Pierre** 06 30 67 98 62 marie-pierre.brasier@hotmail.fr

Jean-Marc 06 27 77 28 46 jean-marc.vignoli@orange.fr

Pour l'hébergement, contacter Marie-Pierre. Merci d'anticiper votre réservation au maximum.

Ce séjour aux multiples facettes vous accompagnera sur le plus beau chemin qui soit :
Le chemin qui mène à Soi

Accompagnement par :

Marie-Pierre BRASIER praticienne en Massages Ayurvédiques & Soins Energétiques
(www.mariepierrebrasier-massage.com)

Jean-Marc VIGNOLI Violoniste «Sur Mesure», praticien en harmonisations corporelles sonores et en musiques de l'âme (www.eveil-des-sons.com)

Plus d'informations au verso

Contenu de ce séjour :

Il alliera détente et bien-être ; il alternera douceur et puissance, authenticité et légèreté, temps individuels et collectifs, voyages vers l'extérieur et vers l'intérieur de soi, vers ses profondeurs ; il vous permettra de vous ressourcer, de vous oxygéner, de retrouver votre énergie et votre paix intérieure ; bref, d'avancer en conscience sur le chemin de votre Vie.

Temps collectifs :

- Randonnées musicales dans des sites classés & remarquables (forêt et bord de mer)
- Marches de vision
- Baignades
- Méditations
- Activités créatives & artistiques (mandala éphémère sur la plage...)

Temps individuels :

- Massage ayurvédique
- Harmonisation corporelle sonore
- Musique de l'Âme
- Repos !

Marie-Pierre vous guidera dans la Présence à vous-même par la Méditation, les Massages et Automassages Ayurvédiques, les Soins Énergétiques. Elle proposera des ateliers d'automassage, afin que chacun puisse pratiquer à son retour à la maison.

Jean-Marc accompagnera le séjour et le chemin de chacun par le chant et les vibrations de son violon. Il jouera et enregistrera des musiques miroir de votre avancement sur le chemin vers le cœur de votre Être. Ces musiques vous seront remises sur CD en fin de séjour ; elles vous permettront, en les réécoutant, d'ancrer un peu plus en vous le travail et les avancées effectuées lors de ces journées.



Bulletin d'inscription

(A retourner à Marie-Pierre Brasier, 14 route de Kervor 22470 Plouezec)

Nom, Prénom :

Tél :

Courriel :

Adresse :

Je m'inscris pour le séjour « Présence à soi »

Ci-joint un chèque d'arrhes de 30 %, à l'ordre de Marie-Pierre Brasier

Fait à Le

Signature :