



En marche sur son chemin de paix

Comment cultiver la paix en soi, avec l'autre, Et avec Mère Nature

Un stage DECOUVERTE pour Vivre et Agir en Paix et en Joie

Le temps est venu de changer le monde, son monde. Les conflits, le pillage de la terre, les populismes se développent un peu partout sur la planète et on peut se sentir impuissant devant ces changements. Mais une action, un mot peuvent suffire comme le battement des ailes d'un papillon à impacter le temps, l'autre, sur la planète.

L'approche et les outils de l'animation

Au travers des pratiques et des outils concrets reliés aux approches de la méditation, de la Communication NonViolente (CNV) et de la médiation humaniste, Laure et Richard vous proposent de goûter et de découvrir comment cultiver la paix en Soi, la paix avec l'autre en respectant son environnement, la mère Nature, pour contribuer à un monde dans lequel vous avez envie de vivre.

Dans un lieu propice au partage et à l'apaisement, nous vivrons différents temps de méditation à la recherche de la paix en Soi. Ces deux jours seront aussi consacrés à la découverte d'une autre forme de communication avec soi et avec l'autre, grâce à des mises en pratique pour vivre la puissance de l'intention et du processus de la CNV et à travers la médiation comme outil de connexion et de transformation du conflit, en un nouveau regard plus apaisé sur soi, sur l'autre et sur la situation.

Les pauses et les repas seront l'occasion de se nourrir sainement avec une alimentation responsable pour être en harmonie avec son environnement.

Le samedi soir, la projection d'un documentaire suivi d'un débat sera l'occasion de réfléchir et de partager sur le thème du respect et de l'harmonie avec Mère Nature, la nourricière.

Les intervenants :

Laure Galvez : coach, médiatrice, formatrice certifiée en Communication NonViolente. Après un parcours professionnel en entreprise dans les métiers de l'eau, j'ai choisi depuis près de 10 ans, de mettre mon énergie et mon temps à l'accompagnement de l'autre à se sentir Vivant, à se mettre debout et en marche, et à contribuer à un monde dans lequel j'ai envie de vivre, plus juste et bienveillant.

Richard Michel : cadre dans une entreprise du monde de l'énergie, en congé sabbatique pour une marche de découverte de soi et de l'autre, sur les chemins de Saint Jacques et de Jérusalem, je pratique depuis plus de 8 ans la méditation. Je suis formé à la Communication NonViolente et suis praticien TIPI (Technique d'Identification des peurs inconscientes).

Fitou : Après plus de 30 ans de différentes pratiques énergétiques, j'ai décidé de permettre à chacun de se découvrir dans l'ici et le maintenant. Ainsi la réalisation d'un Gîte "Les Arcanes de Régius" m'a semblé indispensable afin d'accueillir ceux qui sont en quête, pour retrouver des

moments de quiétude et de redécouverte de leur vraie Nature, dans un environnement calme et serein. « Apprendre à se hâter lentement, c'est vivre intensément l'instant présent »

DATE :

du samedi 18 février 9h30 au dimanche 19 février 17h30

LIEU :

Le stage se déroule dans un gîte de confort propice à la détente, et au bien-être pour la santé du corps et de l'esprit : CR 145, Domaine « le Contrôle » - 34500 Béziers
Plan d'accès communiqué à l'inscription.

Espace Spa pour s'offrir un moment de détente.

TARIFS:

Stage et restauration (3 repas et différentes collations pendant les temps de pauses) :

210 € + 75 € = 285 € TTC pour le week-end

Règlement du stage par chèque à l'ordre d'Esprit d'Alliance : 22 rue Charles Baudelaire 75 012 Paris

L'inscription est confirmée après le versement d'arrhes de 100 € remboursables jusqu'à une semaine avant le stage.

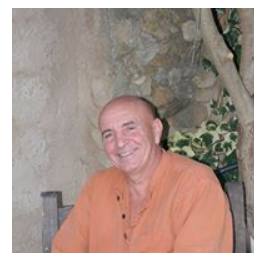
Hébergement dans le gîte "Les Arcanes de Régius" :

2 formules possibles pour ceux qui souhaitent dormir sur place : la nuitée + petit déjeuner :

- sans fourniture du linge de maison : 30€
- avec fourniture du linge de maison : 40€

Hébergement en chambre de 2 à 3 lits à réserver auprès de Fitou : fitou.g.d.j@wanadoo.fr
tel : 06 19 51 22 03

Contact : Inscription auprès de laure.galvez@espritalliance.com / tel : 06 77 62 71 89



LES MARCHEURS DE PAIX

