Week-End RE-SOURCE

1-2 Mai 2027



A Sauvain au Gite de la Libonnière

A 1h de Saint-Etienne et 1h30 de Lyon

Laurence Teyssier

Accompagnante Humaniste
Fondatrice de Corps de Conscience
www.corpsdeconscience.fr

corpsdeconscience

RE-SOURCE est un processus
dans lequel chacun est **invité à s'engager** à la hauteur
de ce qu'il souhaite **vivre**, **traverser**, **explorer**
ou **mettre en mouvement**.

Lors de ce WE, je vous accueille dans un **espace sécurisant**
et bienveillant, porté par ma **présence**, mon **écoute** et mes différentes
approches d'accompagnement.

Une attention particulière est donnée au corps, à ce qui se vit,
ce qui se ressent dans l'instant, dans le **respect du rythme**,
des **besoins** et des **limites de chacun.**

A qui s’adresse ce WE ?

Ce week-end s'adresse à toutes personnes ayant l'appel à :

- **Se re-sourcer** au contact de la **nature**
- **Se reconnecter à soi**, à ses ressentis et à ses besoins
- **Se recentrer**, retrouver son **axe** et son **équilibre intérieur**
- **Traverser** une période de **changement** ou de questionnement
- **Ouvrir** un **espace** à votre **créativité**, à expression personnelle
- **Accueillir** plus de **clarté** sur son chemin
- **Se mettre à l’écoute de son propre rythme**
- **Remettre du mouvement** là où quelque chose semble figée
- **Renouer** avec son **élan de vie**



Accompagnement en 3 temps

**Un accompagnement global, pensé avant, pendant et après l'immersion,
afin de vous offrir un cadre sécurisant, attentif et adapté à votre cheminement.**

Avant : Rdv individuel :

« Poser votre intention »

Un Rdv de 30 minutes en visio sera proposé pour confirmer votre participation.
Ce premier échange nous permettra de nous rencontrer, d'éclairer ce qui vous amène
à vivre ce week-end et de poser votre intention.

Pendant : 2 jours d'immersion

« Vivre l'expérience »

Un groupe est volontairement limité à 8 personnes afin de préserver la qualité de l'accompagnement,
la disponibilité et l'espace nécessaire à chacun. Les pratiques se dérouleront sous la yourte et en pleine nature.
Des temps de respiration, de calme et de silence trouveront naturellement leur place au cours du WE,
laissant à chacun des espaces libres pour se déposer, intégrer, se reposer, se promener, ou simplement,
être à son propre rythme.

Après : Séance individuelle

« Intégrer et accompagner ce qui continue de cheminer »

Environ un mois après le week-end, un rendez-vous individuel de 45 minutes sera proposé pour revenir
sur ce qui a été vécu, observer ce qui a évolué ou continue à se mettre en mouvement
et accompagner l'intégration de l'expérience dans votre quotidien.



PRATIQUES PROPOSÉES :

Sous yourte et en pleine nature



Yoga - Méditation
Conscience corporelle
Écriture libre et intuitive
Création symbolique et personnelle
Marche silencieuse en forêt
Baignade entre rivière et cascade
Temps de contemplation et de ressourcement

LA YOURTE

Yourte continentale de 70 m²
Idéale pour 12 personnes

un cabanon attenant pour les pauses
équipé de toilettes sèches

Equipement mis à disposition :
matériel de yoga, tapis, coussin



LE GITE

Gite la Libonnière
Lieu-dit La Libonnière, 1633
chemin du serpolet
42 990 Sauvain

Superficie 150 m2 sur 2 étages
6 chambres spacieuses
(Les chambres sont en couchage partagé)
2 salles de bain, 2 WC
Cuisine équipée
Coin cosy
Terrasse extérieure



TARIF

WE 1er et 2 mai 2027

350 euros
par personne
(possibilité de régler en plusieurs fois)

320 euros
Si inscription avant le 30 mars 2027

Le tarif englobe

Le Rdv individuel avant l'immersion
L'accompagnement et l'encadrement lors du WE
L'ensemble du matériel nécessaires aux pratiques
Les fournitures pour la création personnelle
L'hébergement avec linge fourni
Le repas du samedi midi
Le petit déjeuner du dimanche matin
La séance individuelle 1 mois après l'immersion

**Possibilité d'arriver dès le vendredi soir, avec participation libré et consciente pour la nuitée*

Arrivée et départ

Arrivée samedi
à partir de 9h : accueil des participants
10h : début des pratiques
Dimanche fin du we 18h

A prévoir

Les **repas du samedi soir** et du **dimanche midi** se feront en **repas partagés**

RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTION

INSCRIPTION

Merci d'envoyer un mail à
corpsdeconscience@gmail.com
afin de recevoir votre bulletin
d'inscription



CONDITIONS GÉNÉRALES

L'**inscription** sera définitivement
validée à **réception du règlement**
de la totalité du week-end

Laurence Teyssier

Accompagnante Humaniste
Fondatrice de "Corps de Conscience

www.corpsdeconscience.fr

corpsdeconscience