

SÉJOUR BULLE DE LIBERTÉ

Famille ou couple

Deux jours et deux nuits

C'est à Bandol, à 700 m de la mer

Deux jours pour se libérer ensemble de charges émotionnelles et transgénérationnelles qui polluent votre quotidien. C'est ce dont vous pouvez avoir besoin à un moment donné pour vous parler, vous écouter, comprendre des situations inconfortables et vous réinventer. Une bulle de liberté en famille ou en couple permet de repartir avec un nouvel élan de vie inspirant.

L'hébergement

Notre maison familiale « Altitude 37 » vous accueille dans un appartement dédié aux bulleurs et bulleuses. Son jardin aux multiples facettes vous permettra de trouver des espaces de repos apaisants. Tout est fourni (draps, serviettes de toilettes...)

La cuisine

Les petits déjeuners sont préparés par nos soins à partir de vos recommandations gustatives et peuvent être pris entre vous dans l'appartement dans lequel vous logerez, ou partagés avec nous selon votre envie

Le repas du midi est intégré à la journée de soins

Les repas du soir sont libres pour que vous puissiez profiter de temps entre vous. Un petit Utile est à proximité pour vous organiser ou de nombreux restaurants sur Bandol et ses environs sauront vous régaler

Le programme

Jour 1 : arrivée à 14H

Présentation de mon approche la Thérapie Libre : tendre vers une éco-psychologie, prendre soin de son mental pour prendre soin du vivant en général (de soi, des autres et de la nature)

Échanges sur vos besoins et attentes, vos problématiques actuelles et transgénérationnelles

Rêves éveillés au bord de l'eau

Ces voyages imaginaires vont vous permettre de vous rencontrer sous un angle de vue intime et symbolique, chercher aussi vos ressources personnelles

Jour 2 :

Après le petit déjeuner, nous commencerons la journée par un réveil énergétique et ancrage au bord de l'eau

Puis nous enchaînerons par une balade méditative pour vous connecter aux bienfaits de la nature et toutes les énergies dont vous avez besoin pour vous ressourcer et vous transformer

Pause déjeuner et temps de repos

L'après-midi sera consacré aux soins individuels de libérations émotionnelles chacun votre tour.

Possibilité d'alterner avec un massage personnalisé proposé par un professionnel (60€ en supplément)

Jour 3 :

Après une bonne nuit de sommeil qui vous aura permis d'intégrer les soins dispensés et un petit déjeuner, vous pourrez repartir dans la matinée à votre heure et pourquoi pas profiter de notre belle région

Inscription

Un entretien préalable à votre inscription est prévu. Il permettra de faire connaissance et surtout de déterminer vos besoins et attentes pour vous accueillir dans votre bulle au mieux. Il sera important aussi que chacun consente à participer à ce séjour.

Contactez nous au 06 60 43 93 35 ou therapielibre@gmail.com