

9-10-11 DECEMBRE 2022

# Réveillon éveillant

Un week-end bilan, ressourçant, reboostant  
pour accueillir joyeusement 2023

avec Nathanaëlle Bouhier-Charles  
et Stéphanie Colin

[www.tinyurl.com/reveilloneveillant](http://www.tinyurl.com/reveilloneveillant)

*Offrez-vous 3 jours pétillants !!!*

Nous avons à nouveau le plaisir et le bonheur de vous proposer notre stage emblématique de fin d'année, en résidentiel à St Hilaire les places (87)

*Au programme :*

Bilan à 360° pour clôturer 2022, pratiques énergétiques, ludiques et créatives, mouvement, danse libre, chant, méditation et rituels sont proposés pour prendre soin du corps, du coeur, de l'esprit et accueillir 2023 dans la joie.

*Inscription sur*

[www.tinyurl.com/reveilloneveillant](http://www.tinyurl.com/reveilloneveillant)

270€ pour le stage et les 2 nuitées / 520€ pour un duo  
Alimentation en gestion libre



*Stéphanie Colin :*

Gestalt-thérapeute, coach, superviseuse  
[www.colin-stephannie-dicostanzo-nelly.fr](http://www.colin-stephannie-dicostanzo-nelly.fr)

*Nathanaëlle Bouhier-Charles :*

Autrice, instigatrice des Retraites Ressourçantes  
Réintégration des réflexes archaïques  
[www.nbouhiercharles.com](http://www.nbouhiercharles.com)



## Où ?

en résidentiel, dans un gîte magnifique, réservé pour nous uniquement, au gîte de la grenerie,  
impasse de la grenerie 87800 St Hilaire les places ♥



**Lien pour organiser le covoiturage**  
[via la plateforme Movewiz](#)

## Quand ?

**du vendredi 9 au dimanche 11 décembre 2022**

Le premier jour : l'accueil se fera dès 17h30 pour que le programme puisse commencer à 19h00.

Le dernier jour : le programme se termine à 16h00.

## Tarif

Stage + gîte : 270€ ou 520€ en tarif duo

## Alimentation

Les **repas** sont en autogestion : chacun-e pourvoit à ses besoins alimentaires.

Dans la mesure du possible apportez des choses toutes prêtes : graines germées, cakes salés/sucrés, pâtés végétaux, des produits frais, fruits et légumes, prêts à croquer ou à mettre rapidement en salade. Chacun-e peut y aller de sa spécialité à partager ☺

Sur place il y aura pour sûr de l'huile d'olive, du tamari, du vinaigre, du sel, des condiments...

Un extracteur de jus ainsi qu'un blender seront à votre disposition.

## Vous vous demandez

Qu'est-ce qui s'est passé pendant l'année écoulée ?

Quelles sont MES envies, mes besoins, mes projets, mes désirs, mes aspirations ?

Qu'est-ce qui est de moi, de l'autre, mon conjoint, ma famille, mon environnement ?

## Si vous avez besoin

**de faire le tri, de reconnaître vos potentiels et de les déployer ...**

## Si vous avez envie

**de vivre une expérience puissante dans un chouette groupe...**

**Inscrivez-vous sans tarder, le nombre de places est limité !**

## Check list

- coussin de méditation, tapis de sol
- couverture/châle/petite laine
- carnet + crayon pour votre journal de bord
- "bouchons d'oreilles", si on veut s'endormir plus vite et un masque si on n'aime pas la lumière
- chaussons/sandaes pour l'intérieur
- ressources sympa à faire découvrir/partager (bouquins, accessoires, instruments de musique...)

### IMPORTANT

Dans un esprit de ressourcement, de renouveau, de prendre soin de soi, de se retirer du monde quelques jours, il est intéressant de changer de toutes petites choses et de décrocher de ses mécanismes habituels... n'est-ce pas ?

En plus d'une **digital detox** fortement recommandée (pas de montre, pas de téléphone en gros), **les excitants comme le café, ainsi que les cigarettes/la vapoteuse et l'alcool seront absents du séjour** 😊 **Merci de votre compréhension.**

Contactez-moi si ça vous inquiète, on discutera 😊 .

### Et

**il est important de nous indiquer si vous souffrez de maladie particulière, si vous avez subi une intervention chirurgicale récente ou si vous êtes enceinte.**

**Ceci peut nécessiter des aménagements pour votre accompagnement.**

**Il est impératif de nous signaler si vous êtes sous traitement psychiatrique ou tout antécédent dans ce domaine.**

**[MERCİ DE VOUS INSCRIRE EN LIGNE -clic-si vous n'êtes pas déjà sur le site de HelloAsso](#)**

Pour que j'aie le moins possible de tableaux à recouper 😊 Merci

**Le paiement des arrhes vaut signature et acceptation des conditions de vente.**

Si vous êtes la deuxième personne d'un duo ou que vous payez par chèque ou virement, remplissez l'inscription en ligne et choisissez la 3<sup>ème</sup> option :

The screenshot shows the 'Choix des billets' (Ticket selection) step of the HelloAsso registration process. It lists three payment options:

- Arrhes pour le réveillon éveillant**  
PDF avec les détails sur 120 €  
Solde à régler sur place : 150€  
12 places restantes
- Arrhes pour le réveillon éveillant offre DUO**  
PDF avec les détails sur 220 €  
Solde à régler sur place : 300€
- J'ai un accord particulier / je paie en chèques / par virement**  
Je me place dans cette option-là pour apparaître sur le tableau qui centralise toutes les données :) 0 €

The third option is highlighted with a yellow circle, indicating it is the recommended choice for those paying by check or bank transfer.

Les **arrhes** sont encaissées à réception et **non-remboursables** en cas de désistement.  
Le **solde** sera à régler au plus tard **en arrivant**, en liquide ou en chèque.

Vous pouvez aussi faire un virement ou mensualiser pour que ce soit réglé le jour du stage.  
Si vous avez besoin d'un aménagement, contactez Nathanaëlle rapidement.

Chèques à rédiger à l'ordre de **Ressources Parent Limoges**  
Envoi à l'adresse : **Nathanaëlle Bouhier-Charles, 106 route du verdier, 87170 Isle**

Virement : RESSOURCES PARENTS LIMOGES  
20041 01006 0726182E027 67  
IBAN : FR39 2004 1010 0607 2618 2E02 767  
BIC : PSSTFRPPLIM

Evidemment si le stage est annulé de la part des intervenantes Stéphanie Colin ou Nathanaëlle Bouhier-Charles ou de la part de Ressources Parents Limoges, vous serez entièrement remboursé-e.

**Le paiement des arrhes vaut signature et acceptation des conditions.**

Nathanaëlle Bouhier-Charles  
contact@nbouhiercharles.com  
06 77 83 53 99  
www.nbouhiercharles.com

Stéphanie Colin  
06 58 57 99 93  
www.colin-stephania-dicostanzo-nelly.fr

Notes pour moi-même et contact de mes covoitureur-ses :