



Vous rêvez de faire une pause, de vous offrir
une parenthèse
pour prendre soin de vous, de votre santé,
de votre corps, de vos aspirations, de votre créativité...
Vous avez besoin de vous recentrer,
de rire et de pleurer, de chanter,
méditer, danser, vous reconnecter à vous-même,
à vos rêves, votre essence...
Venez reprendre des forces et faire peau neuve
au milieu d'un magnifique groupe de femmes !

Saisons de Femmes 2025-2026

-Aux solstices, équinoxes et au cœur des saisons-
Profiter des changements dans la nature
pour se réactualiser, faire circuler, se libérer, se recharger...

♥ En 2025-26 je repopose un groupe "saisons de femmes" sur un week-end, aux solstices et aux équinoxes. Comme cette année, ce sera réservé à un groupe fermé de 8 femmes seulement pour une plus grande intimité et une expérience hors du commun.

Nous avons expérimenté que les rendez-vous trimestriels étaient un peu loin les uns des autres, alors je propose un cycle supplémentaire/complémentaire de week-ends "au cœur des saisons" et ce sera plus "à la carte" :

ça commence début août !

- Lammas / Lughnasadh (Milieu et cœur de l'été) 8-10 août 2025
- Mabon (Équinoxe et début de l'automne) 19-20 septembre 2025
- Samhain (Milieu et cœur de l'automne) 31 octobre-2 novembre
- Yule (Solstice et début de l'hiver) sera avancé au 5-7 décembre
- Imbolc (Milieu et cœur de l'hiver) 30 jan-1er février 2026
- Ostara (Équinoxe et début du printemps) 20-22 mars
- Beltane (Milieu et cœur du printemps) 1-3 mai
- Litha (Solstice et début de l'été) 19-21 juin

Je me réjouis énormément de ces espaces de libération, d'ajustement et de ressourcement entre femmes ♥

Ça se passe près de Limoges. Le vendredi soir est informel, c'est un sas très apprécié, l'accueil se fait à 18h00, on finit le dimanche à 16h00.

Au programme : De la danse pour se lâcher, de l'intégration de réflexes archaïques pour prendre soin de son système nerveux, de la méditation pour se recentrer, des pratiques énergétiques pour s'équilibrer, des jeux de collage, de modelage, d'écriture et de peinture pour libérer sa créativité et se projeter, des séances de libération des émotions, des tirages de cartes, des cercles de parole sur la santé des femmes, la sexualité, le couple, l'alimentation, des rituels...

Un programme dense, puissant et doux à la fois pour se faire du bien au corps, au cœur et à l'âme.

Où ?

[6 rue de la nèple, 87700 Aixe sur Vienne](#)

Un lien pour organiser le covoiturage via la plateforme togetzer sera créé

Tarif Stage + gîte :

4 week-ends d'évolution et de transformation en petit groupe exclusif : 800€. Etalement possible en 4 x 200€

Week-end « à la carte » : 230€

Alimentation

Les repas sont en autogestion : chacune 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. Chacune 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...

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 m'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 me signaler si vous êtes sous traitement psychiatrique ou tout antécédent dans ce domaine.

[MERCİ DE VOUS INSCRIRE EN LIGNE -clic-](#)

Pour que j'aie le moins possible d'infos à recouper 😊 Merci

Pour sécuriser votre place, merci d'effectuer un virement ou de faire parvenir un chèque.

saisons de femmes Le paiement du cycle complet 800€, est à déposer au premier module. Il est non-remboursable en cas de désistement ou d'empêchement. **200€ à la réservation.**

au cœur des saisons chaque week-end ressourçant à la carte est à 230€. **130€ à la réservation**

Chèque 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

IBAN : FR39 2004 1010 0607 2618 2E02 767

Evidemment si le stage est annulé de la part de Nathanaëlle Bouhier-Charles ou de la part de Ressources Parents Limoges, vous serez entièrement remboursée.

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