

Bonjour à toutes,

Nous espérons que vous allez bien et nous sommes heureuses Océane et moi de vous présenter notre « Week-end-Découverte : Connexion aux Lunaisons et Féminin Sacré ». Cette rencontre aura lieu :

- Du 20 au 22 juin 2025 -

(une soirée et 2 journées entières)

au Viel Audon à Balazuc.

Le week-end sera nourri par un environnement naturel somptueux et c'est baigné dans ces éléments que nous pourrons nous déposer, prendre le temps d'explorer en profondeur notre dimension féminine, son caractère sacré et son lien avec les lunaisons. Pendant ces deux jours, nous voyagerons et cheminerons dans cet univers, soutenues par des temps de méditation ; des rituels ; des chants et danses sacrés ; des pratiques corporelles ; des cercles de paroles et de l'information sur le fonctionnement du Système Nerveux Autonome.

À qui s'adresse cette proposition ?

Vous êtes déjà venues à nos rencontres de Nouvelles Lunes, vous en avez entendu parler ou vous avez vu passer l'information, ce qui a aiguisé votre curiosité, vous avez envie de découvrir le lien entre le caractère cyclique de la Nature, de la Lune et de la Féminité : soyez les bienvenues !

L'approche que nous vous proposons permet d'aller se rencontrer ; se connecter ; apprendre à mieux se connaître et à respecter son rythme.

Notre intention est d'accompagner chaque femme à potentialiser sa féminité pour plus d'épanouissement personnel et interpersonnel.

Concrètement, comment cela va-t-il se passer ?

1 - Organisation générale :

- Lieu : Viel Audon à Balazuc : <https://levielaudon.org/> (accès : <https://levielaudon.org/acces-2/>).
- Accueil entre 6 et 11 participantes.
- L'équipe encadrante se compose de Béatrice et d'Océane.
- Nous alternerons entre des temps d'échange et de pratiques en privilégiant l'écoute de nos ressentis, l'expression du corps et des émotions.
- Nous proposerons des espaces dédiés :
 - de partage en cercle
 - en binôme
 - libres et informels

Nous cocréerons cette rencontre à l'écoute des mouvements de la Vie et en respectant le rythme de chacune.

2 - Les horaires à titre indicatif :

Vendredi 20 :

17h rendez-vous d'accueil ~ 20h - 22h30 temps partagé

Samedi 21 :

temps partagé : 10 h-13 h ~ 15 h 30-18h30 ~ 20h30-22 h 30

Dimanche 22 :

temps partagé : 10 h-13 h ~ 15 h-17 h

3 - Les espaces à notre disposition :

Une grande cuisine, une salle pour les ateliers et de nombreux espaces extérieurs (terrasse couverte, prairie, bord de rivière...) L'espace nuit sera partagé.

4 - Concernant les repas :

Afin de rendre ce stage le plus accessible possible financièrement nous vous proposons pour les repas de prévoir ce que vous aimez pour vos petits déjeuners et d'apporter chacune un plat déjà cuisiné et des crudités ou salades pour 5/6 personnes et nous mettrons en commun.

Cela vous permet aussi de tenir compte de vos éventuelles intolérances alimentaires. Si vous pouvez privilégier le **sans gluten** et **sans lait de vache** c'est bienvenu et dans tous les cas merci d'identifier les ingrédients contenus dans vos plats afin que chacune puisse manger en toute sécurité.

Nous prévoyons des boissons chaudes et froides pour les pauses. Vous pouvez apporter fruits et grignotages préférés si vous le souhaitez.

5 - Quel est votre investissement ?

Parce que ces découvertes ont été tellement précieuses pour nous, nous avons à cœur de les partager au plus grand nombre et afin de vivre un échange équitable et solidaire nous vous proposons une formule de contribution unique à 64€ pour les 2 nuits et la possibilité de faire un don selon vos moyens. Toutes les précisions dans la fiche d'inscription.

Nous nous tenons à votre disposition pour tout renseignement complémentaire.

