

INITIATION THÉRAPEUTIQUE À LA CONNEXION ET L'AMOUR DE SOI

— Explorez la voie de la connexion profonde à vous-même. —
Rejoignez-nous pour une journée dédiée à l'amour de soi.



Le samedi 18 Mai 2024



Pour qui ?

- Pour ceux qui désirent améliorer leur qualité de vie, leurs relations et cultiver l'amour en eux. Ouvrez-vous à une journée de soins profonds pour développer votre conscience et votre champ vibratoire.
- Tu as déjà vécu un soin en individuel, viens dans le cadre du collectif pour potentialiser la thérapie déjà en cours.

Cette journée est pour toi si tu

veux:

- Améliorer ta qualité de vie
- Développer la relation à toi et aux autres
- Faire grandir l'amour en toi
- T'ouvrir à toi même et aux autres
- Développer ton niveau de conscience et ton champ vibratoire
- Découvrir des moyens de connexion à tous vos corps (émotionnelle, psychique, physique, énergétique)



— AU PROGRAMME —

- 9h - 9h30 : Accueil
- 9h30 - 10h15 : Ballade et Éveil Corporel
- 10h30 - 12h : Atelier Cuisine Collective
Naturopathique
- 12h - 13h30 : Repas Partagé



-
- 13h30 - 14h30 : Atelier de Connexion à Soi et à l'Autre
 - 14h30 - 15h : Pause Ludique avec Boissons Lacto-Fermentées
 - 15h - 16h : Naviguez sur la Rivière des Pensées



-
- 16h - 16h30 : Collation
 - 16h30 - 17h : Création : Objet Symbolisant la Connexion à Soi
 - 17h - 18h : Cérémonie de cloture



Participez selon vos envies, sans obligation.

Suivez le fil rouge de la journée vers une connexion profonde à vous-même.

— INFOS PRATIQUES —

- Où ?

Hautes Alpes à Gap 10min du centre ,
l'adresse vous sera donné une fois
l'inscription validé

- Encadré par qui ?

Une Psychologue-
Naturopathe, une
Thérapeute bien-être &
Ayurvedique et un
Instructeur Zen

- Tarifs et réservation :

120€ la journée repas compris

Early bird jusqu'au 30 Avril

Tarif plein 150€

Réservation : 06.73.78.18.85



www.cindygouegoux.fr

www.syryaad.wixsite.com

— QUI SOMMES NOUS ? —



Alexandra, 27 ans, originaire des Hautes Alpes.

Diplômée du milieu de l'esthétique, je me suis rapidement tournée vers les soins plus profonds dans la considération du bien être de la personne.

Je me suis certifiée auprès d'une école à Lyon (FFMBE) dans les pratiques de relaxologie corporelle, praticienne bien être et ayurvédique.

Lors de mes accompagnements, j'ai ressenti le besoin d'une prise en charge complète de l'individu, et me suis formée en coach de vie. Après différentes

expériences professionnelles dans des palaces et des centres de cure thermale, j'ai décidé de revenir ouvrir

mon propre institut dans ma région natale. Le travail en collaboration-équipe reste une part essentielle de mon intention pour potentialiser l'accompagnement

thérapeutique.

— QUI SOMMES NOUS ? —



Cindy, 34 ans, j'habite depuis plus de 10 ans les Hautes-Alpes, originaire des Bouches du Rhône.

Initialement formée en psychologie (Neuropsychologie et thérapeute en TCC), j'ai débuté mon activité professionnelle dans le milieu hospitalier.

J'ai commencé mon activité libérale depuis 2018, où mon envie d'un accompagnement plus global à émerger.

Après trois ans d'étude de naturopathie à l'INH à Paris, ainsi qu'une formation de sonothérapie, l'envie de développer les activités de groupe c'est faite ressentir.

J'ai débuté des séances collectives de bain de Gong depuis 2023.

Mon but est aujourd'hui de proposer des accompagnements individuel et de groupe en collaboration avec d'autres thérapeutes pour démultiplier la richesse du soin.