

STAGES

BIEN-ETRE, GESTION DU STRESS, AMELIORER SES RELATIONS

A la résidence Belle Plage - La Tranche sur mer (85)

Avec ALAIN GUICHETEAU,

Thérapeute en relation d'aide à l'ANDC MD de Colette PORTELANCE.

OBJECTIF DU PROGRAMME : « Un travail d'intériorisation dans un cadre propice au développement personnel afin de mieux se connaître et améliorer son confort de vie, gérer son stress et ses relations aux autres ».

LE CONTENU DU PROGRAMME(possibilité de changement)

- ◆ La Gymnastique douce « Les 5 Tibétains »
- ◆ Les Espaces « Méditation et Relaxation »
- ◆ Les Temps « d'informations » avec l'Approche de Colette PORTELANCE
- ◆ Les Temps « Relationnel » en rapport à la nature, plage, mer, forêt et marais
- ◆ Consultation individuelle et holistique
- ◆ Conférence débat, Initiation aux approches diverses, Soirée Festive

CALENDRIER 2019 :

Du vendredi 8 au 10 Mars

Du vendredi 5 au 7 Avril

EN WEEK-END « POUR VOIR »

LES TARIFS TTC :

PROGRAMME	TARIFS TTC	HEBERGEMENT	PACK STAGE + HEBERGEMENT
WEEK-END	180 €	2 nuits : 90 €	270 €

CONDITIONS TARIFAIRES : Offre non contractuelle, tarifs TTC, TVA à 10% et 20%. Hébergement en chambre single ou double dans un appartement partagé (draps et linge de toilette inclus). Tarifs et paiement aménageables.

Information et réservation : par téléphone : 06 80 43 72 51
ou e-mail : aide.relation@orange.fr - www.aide-relation.fr