



# STAGE DE CONFIANCE EN SOI

19, 20 & 21 NOVEMBRE 2021

LA CLAIE DES LANDES  
MORBIHAN

LibérActrice 

## VOYAGE VOYAGE

Bienvenue à **La Claie des Landes**  
pour deux jours de voyage  
intérieur au coeur de vous-même

### ANCRAGE

*Prendre le temps de découvrir qui l'on est à travers des exercices simples d'introspection. Lâcher le mental pour entrer dans son corps.*

### RESPIRATION

*S'offrir un temps de respiration et de déconnexion de la vie quotidienne pour prendre de la distance sur sa vie et ses automatismes.*

### CONNEXION

*Entrer en lien avec un groupe bienveillant qui apportera un regard non jugeant afin de prendre conscience de la personne sociale que nous sommes.*

### JOIE

*Se connecter à l'enfant intérieur qui a toujours été en nous pour retrouver la joie simple, la curiosité de vivre et s'autoriser à s'amuser.*

### CRÉATIVITÉ

*Prendre de la distance avec notre personnage social afin de réactiver la personne créative en nous.*

### NATURE

*Réactiver notre être de nature.*

### LÂCHER PRISE

*S'autoriser à suivre le flot des événements sans vouloir tout maîtriser et se connecter à son intuition.*

## CHÈR.E.S PARTICIPANT.E.S AU STAGE DE CONFIANCE EN SOI

Félicitations pour avoir suivi votre intuition et fait ce premier pas vers vous-même en souhaitant vous inscrire au stage de confiance en soi !

Je suis ravie qu'un nouveau groupe se crée pour explorer cette thématique de la confiance en soi. Depuis 2017, j'accompagne des personnes à s'accepter telles qu'elles sont et à acquérir des clés de connaissance de soi afin de vivre plus sereinement avec soi-même au quotidien.

Nous nous donnons rendez-vous **le vendredi 19 novembre à 18h30**, dans ce lieu magnifique qu'est **La Claie des Landes** à Sérent.

Nous y resterons tout le week-end jusqu'au **dimanche 21 novembre 17h**.

Nous aurons la chance de vivre le week-end dans une maison chaleureuse et accueillante entourée de chevaux portant le nom **Les Clés du Cœur**.

Les chambres sont à partager entre trois personnes, les lits seront prêts à vous accueillir, pensez à ramener des serviettes de bain.

Les repas du samedi et du dimanche seront préparés par Clémence Aubé qui propose une cuisine bio, locale et végétarienne - pour toute demande particulière merci de me le préciser. Le repas du vendredi soir est à prévoir, il s'agit d'un repas partagé, j'amènerai des tartes aux légumes en base. Les petits-déjeuners sont préparés par mes soins, vous avez la possibilité de ramener des ingrédients spécifiques si vous le souhaitez, une cuisine sera à notre disposition.

Un parking de 4 places se trouvent devant le gîte, privilégions le covoiturage dans la mesure du possible. Si vous avez besoin d'aide pour arriver jusqu'à La Claie des Landes, je pourrai vous aider pour l'organisation des transports.

Afin d'intégrer au mieux le week-end de stage, je vous conseille si possible de ne pas prévoir une journée trop intense le lundi.

Ce qui résonne juste pour moi actuellement est de le proposer **en prix libre et conscient avec un minimum de participation de 178€ correspondant à l'hébergement et à la nourriture + un montant libre pour le contenu du stage** en fonction de votre possibilité et de ce que votre cœur vous dit.

Je vous enverrai un autre mail avec les dernières infos, en attendant je reste disponible pour toute question.

Dans la joie de vous rencontrer ou re-rencontrer très bientôt, je vous souhaite une très belle entrée dans l'automne.

**Laure**

## MODALITÉS DE PAIEMENT

### Détails du tarif :

128 € pour l'hébergement – 2 nuits & 2 jours

50 € pour les repas du samedi midi et soir et du dimanche midi

Montant libre pour les deux jours de stage en fonction des possibilités et de ce que votre coeur vous dit.

### Comment procéder pour l'inscription ?

- 128 € par chèque à l'ordre de **Françoise LE BOLLOCH** à envoyer à **Laure** (le chèque sera encaissé après le stage)
- 50 € par espèces ou par chèque **le jour de l'arrivée** sur le stage.
- Montant libre à verser à l'arrivée sur le stage en espèces, chèques ou par virement les jours qui précèdent.

### Adresse pour l'envoi du chèque :

Laure LE FRANC  
chez Nicolas BESSEC  
4 rue de la Fosse  
35400 Saint-Malo

### RIB pour virement :

Titulaire de compte : MLLE LAURE LE FRANC  
Domiciliation du compte : ING  
IBAN : FR76 3043 8001 0040 0037 2261 442  
BIC : INGBFR21XXX  
Code Banque : 30438  
Code Guichet : 00100  
Numéro de Compte : 40003722614  
Clé RIB : 42

N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions.

### Merci.

Laure Le Franc  
07 82 52 16 04  
[www.liberactrice.fr](http://www.liberactrice.fr)  
Siret N°82386719700027  
[laurelefrancliberactrice@gmail.com](mailto:laurelefrancliberactrice@gmail.com)