

Bulletin d'inscription
WEEK END « ETRE EN JOIE »

Domaine « La Source Ardèche » 15 mn de Montélimar

Du vendredi 31 mars 16h
au dimanche 2 avril 16h

Prix animation + location salle : 210€
+ Hébergement* et pension complète : 162€

* Chambre partagée 2 à 4 personnes (2 ou 4 lits simples)
Consultez nous pour chambre couple

[Si régime particulier ou allergies, veuillez nous en informer :](#)

Nom/ Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

*** Je confirme mon inscription au we joie du 31 mars au 2 avril 2023
et je joins 3 chèques :**

*** 90€ à l'ordre de Nicholas Hudis pour les repas (encaissé à l'inscription)**

***+ 72€ à l'ordre de Sandrine Pikard pour l'hébergement (encaissé 15 mars)**

***210€ à l'ordre d'Isabelle Hubert (ou 100€ encaissé le 25 mars + 110€ en
espèces ou 1100 junes sur place)**

***Aucun remboursement si annulation après le 20 mars, car nous sommes engagés auprès du
Centre pour la réservation du lieu.**

**[A retourner au plus vite avant le 6 mars si possible :](#)
Isabelle Hubert, 23 chemin neuf de Pissevin 30900 Nîmes**

Date :

SIGNATURE :

WEEK END « ETRE EN JOIE »---- du 31 au 2 avril 2023

A la SOURCE ARDECHE au TEIL (à 15mn de Montélimar)

Re-connaître et Evacuer ses émotions retenues pour vivre en joie
Tout un programme !

Un espace temps pour souffler, se mettre en mouvement,
se relier à soi et aux autres, au plaisir de jouer, de créer.

Dans un espace confidentiel et sans jugement.

Pour mettre en lumière et reconnaître ses émotions, nous vous proposerons
2 jours d'introspection et de créativité, ainsi que du mouvement libérateur.
(marche en conscience, yoga, étirements, danse spontanée, créativité)

Le matin : Petit déj. DETOX, marche, mouvements énergétiques (yoga/qi gong),
« LandART » créativité dans la nature.

L'après-midi : temps libre, ateliers arthérapie (collage, écriture, jeux et autres
surprises!) / auto-massage

Soirée : Danse spontanée ou guidée / relaxation

Le lieu : La Source Ardèche au Teil, 15mn de Montélimar

www.la-source-ardeche.fr

Vous serez accueilli à La Source, un lieu de ressourcement paisible dans la campagne
ardéchoise, haut en énergie tellurique et facile d'accès (Le Teil), gare de Montélimar à
15 minutes.

La pension complète est végétarienne et majoritairement bio :

- le petit déjeuner DETOX jus de fruits à l'extracteur
- le déjeuner (par exemple soupe et/ou salade, pâtés végétariens et fromages, plus le
reste des fruits du matin), et le dîner (plat principal et dessert)
ainsi qu'une collation dans l'après-midi.

A l'inscription toutes les modalités vous seront données au téléphone et par mail.

CONTACT pour la réservation de l'hébergement et de la pension complète

<https://la-source-ardeche.fr/> Sandrine 06 40 90 00 86

Tarifs : Places limitées à 10 personnes

Hébergement en pension complète: 162€- 2 nuits (chambres partagées lits simples)

Animation : 210€ (matériel compris)

LES ANIMATRICES :

Isabelle Hubert : Somatothérapeute, Arthérapeute, Yoga/Gym énergétique
Organisatrice d'événements « Bien-être »

23 chemin neuf de Pissevin, 30900 Nîmes -- 06 22 69 60 38

isabelle.hubert9@gmail.com ----- www.somatotherapie-nimes.com

Valérie Charrier : Fondatrice Arts et Sens Association loi 1901

Création et Co-création d'événements Bien-être et Développement Personnel
Ecstatic Dance, Cacao Dance ceremony, Atelier Créatif,

Diffusion créations lumineuses Made in Papa Tél : 06 43 27 41 46

<https://www.facebook.com/ArtsetSensValerieCharrier/>