

Cycle de 8 Matinées évolutives  
en harmonie avec les rythmes de la Nature

# "Nature et conscience"

23 Mars 2024  
9h30 à 13h00  
Près d'Avignon

Besoin de déstresser, retrouver calme et sérénité ?  
Entretenir et améliorer durablement votre santé ?  
Trouver votre voie intérieure ?  
Sortir de la stagnation en vous libérant du passé ?

Pour vous permettre de trouver votre Nature par la Nature,  
nous vous proposons une approche sensible du corps, du mental et de l'esprit  
à travers une synthèse d'outils ayant fait leurs preuves: Sophrologie, Auto Guérison Spirituelle®,  
Techniques Vibratoires, Yoga, Communication avec le vivant, Permaculture, Naturopathie...

Chaque atelier est constitué de pratiques, d'enseignements, de découvertes au sein de notre cadre Naturel.  
Vous apprenez et pratiquez dans la joie et la bonne humeur.  
La matinée sera clôturée par un pique-nique partagé dans la convivialité

## 8 Ateliers connectant avec le Cycle de la Vie

- 1 ) SE PURIFIER AU CONTACT DU VIVANT
- 2 ) SEMER DE GRAINES DE CONSCIENCE
- 3 ) GRANDIR EN LUMIÈRE
- 4 ) S'ÉPANOUIR
- 5 ) RÉCOLTER LES FRUITS
- 6 ) CONSERVER LES TRÉSORS
- 7 ) MÉDITER
- 8 ) SE RELIER À SA SOURCE



**QUAND ?** 1er atelier : le 23 Mars 2024 « Se purifier au contact du Vivant »  
Autres dates : 21 Avril, 5 Mai, 29 Juin, ...

**POUR QUI ?** Ouvert à tous à partir de 12 ans

**OU ?** En jardin et salle 10 min du Centre d'Avignon  
(adresse communiqué à l'inscription)

**PRIX :** 28 € par personne et par atelier (ou 190 € pour l'ensemble des 8 ateliers)

## Les Intervenants

### ALEXANDRA

Sophrologue certifié RNCP niveau 5  
Guérisseuse du Réalignement par l'Esprit  
Organisatrice de Cercle de Femmes et de  
Rites de Passages depuis 15 ans  
Auteure, Conférencière

### DRIDHA

Professeur de Yoga, Naturopathe  
Thérapeute en Relation d'Aide diplômé de la Faculté des  
Sciences Humaines de Paris  
Thérapeute diplômé en Massage Ayurvédique  
Diplômé en Neuro-pédagogie et Thérapie Transpersonnelle  
48 années d'expériences à votre service