



## **Retraite Initiatique en pleine Nature**

Ré-ensauvager notre nature en se reliant au Vivant

Du **Lundi 3 au Vendredi 7 Juillet 2023** ( 5 jours)

**Proposée en collaboration avec Sylvène Galinier, accompagnatrice moyenne montagne et Naturopathe, cette retraite sera un temps original pour vivre, de manière progressive et accompagnée, une immersion consciente dans le milieu naturel.**

Nous serons installés dans un lieu en pleine nature ( dans le nord des Hautes Alpes) en laissant de préférence les téléphones éteints au fond du sac à dos. Seront proposés différentes pratiques de connexion à la nature, des repas simples et agrémentés de plantes sauvages, des méditations, des rituels. Nous expérimentons la Présence. La présence à soi, le présence à la nature, et la présence au groupe.

Cette retraite sera riche sur le plan collectif avec le partage des tâches de vie du camp, les échanges autour des ateliers, et le fait de partager le même toit (de tente) durant le séjour.

Elle sera aussi l'occasion de plonger en soi-même grâce aux bains de forêt, aux voyages sonores, et des méditations.

Cette retraite s'adresse à tous ceux qui sentent un appel à vivre le sauvage, à sortir de sa zone de confort quotidienne et à aller vivre la Présence de la Nature pendant 5 jours sans abri en dur.

**Un point sur le côté pratique du séjour:**

Hébergement dans une grande tente collective ( 30m<sup>2</sup>). Repas végétarien cuit sur le feu. Ceci n'est pas un stage de survie! Nous ravirons nos papilles de mets simples et copieux agrémentés des plantes et herbes que nous trouverons autour du camp. Pour la salle de bain: un torrent de montagne et un toilette sec de base.

**Groupe:** maxi 8 personnes (mini 4 participants)

**Tarifs:** 400 €/personne.

**Contact et réservations:**

Lucas Bessy: 06 78 05 22 22

lucasbessy@orange.fr

www.takayasylvotherapie.com

