

À Cluny

Les dimanches

# OASIS DOUCEUR

Pour mettre plus de douceur dans nos vies



Prochaine date

**Dimanche 10 novembre 2024**

sur le thème :

**Prendre soin par le contact et le toucher**

*Proposition conçue et animée par*

***Fleur-Lise Monastesse***

**OASIS DOUCEUR** est un espace de prendre soin sécurisé, respectueux, bienveillant, qui nous donne l'occasion de vivre un bain de connexion tendre avec soi et avec l'autre. Son invitation profonde est d'apprendre à être plus doux avec soi-même et les autres, et à mettre plus de douceur dans sa vie.

Vous serez guidés à travers différentes propositions d'exercices et de partages en fonction du thème de la journée, qui permettent tous de nourrir cette douceur en nous et autour de nous.

Notre focus ici sera la réhabilitation du contact et du toucher dans une intention de prendre soin, avec conscience, présence, respect et douceur.

Une nourriture essentielle. Un véritable *soin en humanité*.

## **Modalités**

Horaires : de 10 à 18hres, (accueil 9h30, repas partagé le midi, sur place)

Prix de la journée : 70 euros    Nombre de places : 12 participants

Lieu du stage : Espace « À Claire Voix », Chemin de Coigny, Cluny.

**Sur réservation :**

**Fleur-Lise 06 75 93 00 85**

**fleurlise.monastesse@yahoo.fr / fleurlisemonastesse.com**