

STAGES

LACHER-PRISE, CONFIANCE & EVEIL A SOI

Développement personnel



2 stages distincts et complémentaires :

Voyages intérieurs (niveau 1)
Samedi 14 mai 2022

Respiration holotropique (niveau 2)

Dimanche 15 mai 2022

Avec Jean-Pierre CARDI

Lieu à côté de Rennes (35)



Stage Niveau 1 : 14 mai 9h-17h30

VOYAGES INTERIEURS

Une initiation vers la détente et vos ressources intérieures



<u>Imaginez-vous allongé</u> très confortablement, les yeux fermés, dans un univers sonore et musical évocateur et immersif grâce à la technologie, vous êtes guidés vers un voyage intérieur, selon le thème choisi, qui va éveiller et stimuler votre intuition, vos potentiels...

Ce stage est une initiation au lâcher-prise, au-delà du mental, au cœur de soi, pour mieux se connaître, dans une version plus globale!

Venez explorer les enseignements de vos ressources intérieures grâce à un état de conscience élargie.

<u>Différentes méthodes d'exploration</u> de l'inconscient et de la conscience seront utilisées comme la Sophrologie, l'auto-hypnose, l'Hypnose Humaniste, le Yoga Nidra.

De belles aventures vous attendent : après une introduction théorique, puis une préparation au lâcher-prise du mental, vous profiterez de <u>3 voyages intérieurs</u>!



Stage Niveau 2: 15 mai 9h-17h30

RESPIRATION HOLOTROPIQUE

Vers plus d'unité intérieure et de sagesse

<u>Ici vous êtes invités à l'autonomie</u>, il n'y a plus de guidance de l'animateur ni de thème d'exploration. C'est votre « sagesse intérieure » qui va induire intelligemment votre voyage grâce à une technique respiratoire spécifique, sans thème prédéterminé. L'animateur crée juste un environnement sonore et musical immersif, et évocateur, pour faciliter l'accès à vos ressources, inconscientes et supra conscientes, celles que vous avez besoin d'accueillir.

Ce stage est une initiation <u>avancée</u> aux états de conscience élargis, naturellement, pour dynamiser des processus thérapeutiques parfois bloqués, amener à la conscience des mémoires inconscientes et des émotions refoulées, qui limitent votre potentiel et votre épanouissement, et vivre un processus de transformation.

De belles révélations vous attendent : après une introduction théorique, puis une préparation <u>avancée</u> au lâcher-prise, vous serez initiés à la respiration holotropique!



Stage animé par



Jean-Pierre Cardi

Jean-Pierre s'est interrogé très tôt sur le sens de la vie et ses épreuves. Grâce au développement personnel, à la psychologie et à des techniques thérapeutiques avancées, il a appris de plus en plus à se ressourcer, lâcher-prise, pacifier son mental, ouvrir son cœur, guérir ses blessures, et mieux se connaître.

Initialement scientifique, Jean-Pierre est certifié dans le domaine de l'Hypnose et des états de conscience élargis avec les spécialistes <u>Olivier Lockert</u> et <u>Patrick Drouot</u>. Il a été formé pendant 5 ans dans une école de thérapie très axée sur la pratique. Il est aussi enseignant de Yoga, de relaxation et de méditation.

A ce jour Jean-Pierre est hypnothérapeute, nutrithérapeute et énergéticien à l'<u>Espace ORION</u> près de Rennes. Il organise aussi des stages de développement personnel qui visent la libération des potentiels de chacun, pour favoriser leur épanouissement.





Côté pratique



Lieu de RDV & horaires

Le lieu de stage est en Bretagne dans les environs de Rennes. Nous bénéficions d'une grande maison entourée par un magnifique jardin.

- Samedi 14 mai: 9h à 17h30 (environ).
- **Dimanche 15 mai** : 9h à 17h30 (environ).

Le lieu vous sera communiqué ultérieurement.

Hébergement et repas

L'ambiance chaleureuse de la maison avec son cadre champêtre est propice à la détente, et assurera notre confort.

Hébergement possible sur place pour les nuits de vendredi et de samedi soir. Les chambres peuvent être partagées, sinon vous pouvez opter pour une chambre seule, si disponible.

Les repas sont dans le format de l'auberge espagnole : chacun amène ses victuailles !

Les transports

En voiture:

Près de Rennes, à 4h de Paris.

En train:

A 1h30 de Paris (LGV), arriver en gare de Rennes ou de Montfort-sur-meu, et nous trouverons un covoiturage.

Covoiturage:

Nous vous mettrons en relation avec les autres participants sur <u>togetzer</u>. Sinon vous avez <u>blablacar</u>.





Les tarifs

Tarif préférentiel jusqu'au 15 avril 2022 qui inclut l'animation et la location du lieu :

100€ pour un stage (ensuite 110€)

180€ les deux stages (ensuite 200€)

Il est recommandé de vivre le stage 1 avant d'effectuer le stage 2, sauf si vous avez déjà l'habitude de cette approche (nous contacter).

Paiement possible en plusieurs fois, nous consulter. L'argent ne doit pas être un obstacle, si vous vous sentez appelé, parlons-en.

Nombre de places limité Inscriptions dans l'ordre d'arrivée

Ce prix comprend

- Les activités comme mentionnées dans le programme,
- L'accompagnement de Jean-Pierre Cardi,
- Une participation à la location des lieux.

Ce prix ne comprend pas

- Les transports, l'hébergement (possible le vendredi et le samedi soir),
- Tout autre service non mentionné dans le programme ou ci-dessus.

Renseignements

Par mail: contact@espace-orion.com

Par téléphone : Jean-Pierre au 06 87 80 67 44

Consulter le bulletin d'inscription pour plus d'informations.



<u>www.espace-orion.com</u>