

Retraite « Au cœur de soi » dans la Loire

7 au 9 Juin 2025



Yoga - Chamanisme - Constellations familiales
Méditation - Nature - Healthy Food - Breathwork

Philosophie

Partez à la rencontre de vous « m'aime » !

Nous avons souhaité proposer une retraite comme nous aurions aimé en trouver : variées, accessible, dans la bonne humeur et la convivialité, permettant d'ouvrir des portes, de découvrir ou approfondir des horizons différents.

Exemple de programme

Le programme peut être modifié, adapté en fonction du groupe, de son énergie et de notre inspiration du moment.

Rendez vous le samedi à partir de 12h pour un déjeuner partagé ou 14h si mauvais temps.

Dans votre programme :

- Yoga (accessible à tous)
- Breathwork
- Ateliers chamaniques
- Marche en conscience
- Constellations ancestrales
- Méditations
- Soirées animées
- Huiles essentielles

Soins individuels possibles :

en supplément - tarif 70 € pour 1 h au choix :

- Soin chamanique : libération des mémoires et reliance à son âme
- Soin énergétique : réharmonisation des flux énergétiques par accupression
- Soin des 5 sens : voyage sensoriel (massage intuitif, bain sonore ou chant, olfactothérapie...)
- Constellations familiales systémiques
- Lecture akashique



Pour vous accompagner

Aurélie & Delphine

Fondatrices du centre de bien-être Doréssens, situé à Chasselay au nord de Lyon.



Deux sœurs passionnées qui évoluent dans les pratiques de médecines alternatives depuis plus de 10 ans : développement personnel, énergétique, chamanisme, constellations familiales, bio nutrition ...

Ce qui est important pour elles ?

Le lien, la bienveillance, rire, accueillir chacun dans toute sa dimension et l'accompagner sur son chemin d'évolution, inspirer, guérir, transmettre.

Delphine aime plus particulièrement l'aromathérapie, le chamanisme, la géobiologie, les constellations familiales, les oracles et l'utilisation du pendule.

Aurélie a un lien très fort aux animaux et plus particulièrement les chevaux, à l'alimentation et au respect de la nature, le chant, le chamanisme et l'aromathérapie.

Pour vous accompagner en Yoga et Breathwork, nous nous entourons de l'une de nos professeures certifiées.

Caroline De la vie

“En yoga, les postures viendront purifier, fortifier et soutenir le corps physique tout en invitant le mental à lâcher prise. Pas de performances ou de comparaisons, chacun va là où il peut.”

“Le breathwork est une technique de respiration puissante qui permet de réguler nos différents systèmes pour des bienfaits sur notre santé physique et mentale.”



Localisation & hébergement

Vous souhaitez faire une pause dans un cadre magnifique, **dans la Loire**, pour vous **ressourcer** et **vous découvrir autrement** ?

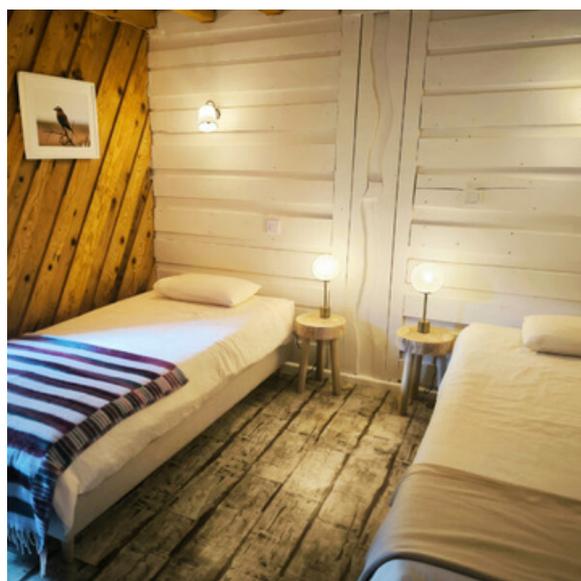
Nous vous accueillons dans un environnement apaisant et luxuriant propice au ressourcement et à l'épanouissement.

29 hectares dédiés à la préservation de la nature, la redynamisation des forêts et la protection de la vie sauvage.

Nous disposerons d'une salle de pratique de 50m² pour nos activités.

Hébergement

Chambres doubles avec lits simples (chambre individuelle possible avec supplément - nous consulter).



Modalités

Rendez-vous : à partir de 12h ou 14h si mauvais temps.

Le lieu précis vous sera communiqué ultérieurement.

Départ le lundi vers 17h

Tarif 480€TTC

Le prix comprend :

- Hébergement
- Repas du vendredi soir au dimanche midi inclus
- L'ensemble des activités
- Draps et serviettes fournis

Les repas sont faits sur place par une **cuisinière. Les ingrédients sont de saison, maison et cuisinés dans le respect et la conservation des nutriments.

Allergies alimentaire ou régime particulier nous informer lors de la réservation.

Ne sont pas compris :

- Le repas du vendredi midi (repas partagé)
- Le transport

Nous proposerons la mise en place de Co-voiturage par la suite.

**Vous souhaitez vivre cette expérience ?
Réservez votre séjour !**

Nombre de places limitées.

Pour vous inscrire, contactez-nous : **contact@doressens.com** ou tel : **04 72 38 23 32**.

Une fiche d'inscription vous sera transmise à nous renvoyer complétée ainsi que le règlement.

Conditions de règlement : Le séjour est à régler d'avance.

Votre inscription sera définitive à réception du règlement et des documents à retourner.

L'argent ne devant pas être un frein pour prendre soin de soi, nous restons à l'écoute pour un paiement en plusieurs fois.

Conditions de vente

Un **minimum de 6 personnes** est nécessaire pour confirmer ce séjour. Dès que le nombre minimum de participants est atteint, nous vous confirmons le séjour par email.

S'il n'était pas atteint, nous vous rembourserons intégralement le montant du séjour.

Annulation avant 90 jours : remboursement de l'acompte versé.

Annulation de 90 jours à 45 jours : 50 % de la réservation sera dûe.

De 45 jours à 30 jours : 70 % de la réservation sera dûe.

De 30 jours à la date de la retraite : 100 % des frais seront dûs.

Tout cas particulier ne pourra faire l'objet d'un remboursement ou avoir et nos CGV s'appliqueront. C'est pourquoi, nous vous conseillons vivement de souscrire à une assurance annulation, telle que Chapka Assurance, qui propose une couverture générale ainsi qu'une spéciale COVID. Nous vous invitons également à consulter les assurances dont vous bénéficiez avec votre carte bancaire.

Localisation & hébergement

Vous souhaitez faire une pause dans un cadre magnifique, **dans la Loire**, pour vous **ressourcer** et **vous découvrir autrement** ?

Nous vous accueillons dans un environnement apaisant et luxuriant propice au ressourcement et à l'épanouissement.

29 hectares dédiés à la préservation de la nature, la redynamisation des forêts et la protection de la vie sauvage. Ce lieu permettra l'expérimentation, la co-création et l'innovation dédié à la transition écologique environnementale et intérieure.

“Notre mission est de régénérer la Terre, nourrir l'Humain et l'accompagner dans les transitions nécessaires pour construire un monde durable”.

Nous disposerons d'une salle de pratique de 50m2 pour nos activités.

Hébergement

Chambres doubles avec lits simples (chambre individuelle possible avec supplément - nous consulter).

