

DE L'ESTIME DE SOI À LA CONFIANCE

STAGE enchanté par Déborah BELLEVY. Soprano

en Morbihan les 23, 24 et 25 FÉVRIER 2018

A partir de l'enfant intérieur se pose l'estime de soi, souvent fragilisée par le contexte familial. La confiance en soi se vit en relation avec l'extérieur, l'estime est en relation avec l'Être.

Nous allons vivre la possibilité de mettre la confiance en relation avec l'estime de soi plutôt qu'avec "un extérieur à soi"... Car *la confiance ne s'acquiert pas : elle naît de l'estime de soi.*

Durant ces deux jours **nous explorerons à travers la méditation, la respiration, les mouvements corporels et les vocalises ; nous allons éveiller la voix et la partager, dans l'intention de déceler ce qui fait la force de l'estime de soi, et découvrir le lien entre l'estime et la confiance.**

Nous découvrirons combien la voix est une amie indispensable à cette confiance.

Nombre limité de places – Ouvert à tous, sans niveau pré-requis

Notre accoucheuse : Déborah Bellevy soprano (15 ans à l'Opéra de Monaco). Artiste lyrique et Thérapeute de la voix, Déborah offre depuis de nombreuses années un accompagnement subtil et profond, doux et puissant. "*Une médiatrice dans le rôle de la voix*", "*une accoucheuse*", "*une libératrice dans un regard bienveillant prévenant unique à chacun*"... sont des termes reconnus et prononcés à l'issue de ses stages. Une voix au service de l'Être de Paix.

« *L'Art de la Voix parle en mon Cœur !* » nous dit-elle.

Aujourd'hui plus que jamais, Déborah se sent en profonde utilité avec cette sage-femme, celle qui accouche les voix dans la voie... Alors profitons de cet instant magique !

La philosophie de Déborah : « Exister totalement, en exprimant ses talents et son potentiel de vie, en vivant pleinement, c'est se rendre service à soi, à son entourage, à la Terre et à l'Univers. S'incarner dans son identité, c'est respecter l'Humanité. »

SITE : www.deborahbellevy.org

INFORMATIONS PRATIQUES

STAGE du VENDREDI 23 FÉVRIER au DIMANCHE 25 FÉVRIER

Nous serons accueillis à LA CLOSERIE à THEIX, à 10 min de Vannes.

La Closerie nous accueille dans sa longère rénovée à moins de cinq kilomètres du port de Vannes. Ses murs protecteurs, son allure altière, la chaleur de ses pierres sont autant d'atouts qui contribueront à notre bien-être.

Une salle de travail lumineuse et cosy sous les toits, 2 grandes salles communes pour nos repas, le jardin et les terrasses pour les pauses,... Et un traiteur pour nos repas végétaliens ou végétariens, sans gluten.

Coût du stage: 270 euros du vendredi 15h au dimanche 18h.

Coût de l'hébergement et repas : 140 euros (2 nuits – 4 repas bio)

- Les repas : végétariens / végétaliens, sans gluten ni produits laitiers – pauses avec en-cas sans gluten ni produits laitiers). ..NB : Les petits déjeuners, si vous en prenez, seront en sus, préparés par nos hôtes.
- Du thé et des infusions à disposition.
- Chambres pour 2 ou 3 - 1 salle de douche collective par gîte – Si souhait de chambre individuelle, contacter Frédérique.

Nous privilégions un atelier en résidentiel pour des questions de cohésion et de disponibilité de chacun ; pour les stagiaires habitant aux environs, Frédérique vous transmettra les prix des repas et la participation à la salle.

VOTRE INSCRIPTION DOIT ETRE VALIDÉE AVANT LE 10 FÉVRIER.

A cette date, un **acompte de 30%** aura été envoyé à Frédérique ainsi qu'une confirmation de votre jour/heure d'arrivée (si vous envisagez d'arriver plus tôt ou de rester après la session, cela est possible, merci de me le préciser).

Nous vous demandons de signaler et surtout valider rapidement votre participation en raison de la nécessité de réserver le lieu. Il est demandé des arrhes -30 euros- pour confirmer votre présence.

Toutes les questions logistiques sont à poser à Frédérique au 07 77 06 74 29 ou par mail : frederiquetenhage@orange.fr