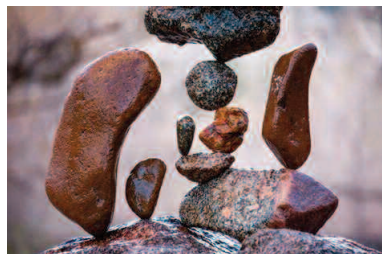


# “Présence à soi, présence à l’autre”

samedi 29  
et dimanche 30 août 2020  
à Lacroix-Falgarde (sud de Toulouse)



La question du comment “occuper ma juste place et affiner la qualité relationnelle que j’entretiens avec moi-même et avec le monde” sera notre fil rouge tout au long de ces deux journées.

Au sein d'un petit groupe (de 6 à 8 personnes), nous vivrons des temps de pratique - de Respiration Consciente entre autre - en solo, en duo, en groupe, engageant nos différents corps (physique, psychique, énergétique, spirituel). Nous développerons l'ancrage, afin de nous ouvrir à la relation à l'autre ainsi qu'à notre environnement en toute confiance, tout en restant en lien avec soi.



Coût 150€ / tarif réduit 125€

Si cette somme est vraiment limitante pour vous, me contacter

Inscription validée à partir de la réception d'un chèque d'arrhes de 35€, établi à l'ordre de l'association “Le dit de Soi” adressé à Christine Delafoulhouze 10, chemin de la Violette 31240 L'Union

Hébergement possible sur place ; le préciser lors de l'inscription.

**Seront utiles** tapis de sol, couverture légère, pour votre confort.

Repas léger pour les mi-journées

Possibilité de pique-nique tiré du panier en fin de journée en bord d'Ariège, selon le temps.

## Renseignements, inscription :

Christine Delafoulhouze, praticienne de Rebirth / Respiration Consciente  
06 29 44 83 20 - [www.rebirth31.fr](http://www.rebirth31.fr) - [christine@rebirth31.fr](mailto:christine@rebirth31.fr)

