

Week-end instants ressources

Du 5 au 7 avril 2019

Au « Pierres Bleues » à Surtainville (Manche)

Dans la presqu'île du Cotentin, proche des senteurs iodées et maritimes



Stage résidentiel pour se sentir bien dans son corps,
bien dans sa tête, bien dans sa vie

Stage animé par

Fanny Eude

Coach en développement personnel
et professionnel

Ingrid Guillot

Kinésiologue

Matthieu Ferré

Naturopathe

Jean-François Godey

Méditation – Relaxologue

Le maître mot de ces trois jours est le **ressourcement**. Nous vous proposons plusieurs démarches et activités pour développer son bien être dans toutes ses composantes corporelles et mentales. Nous irons à la rencontre de nous même et de nos capacités. (Re)découvrir les plaisirs du bien être par la nourriture. Développer notre équilibre naturel.

Nous aborderons toutes ces propositions dans la convivialité du groupe et le partage.

Ce week-end est destiné à tous quelque soit son avancement dans son parcours de développement personnel. L'inscription au week-end implique la présence à l'ensemble des activités proposées.

Infos pratiques

- ◆ **Lieu** : Les Pierres Bleues – Surtainville (Nord Cotentin, Manche)
- ◆ **Horaires** : du vendredi 5 avril 9h au dimanche 7 avril 2019 vers 16h
- ◆ **Tarifs** : Stage, Hébergement et Repas : 300 € (*250 € pour les adhérents au Pôle Bien Être*). Possibilité de régler en 4 x 75 € (1 paiement par mois) ou 4 x 62,50€ pour les adhérents. Chèque à l'ordre de « Association Pôle Bien Être ».
Ce stage est ouvert et accessible à tous !
- ◆ **Modalités diverses** :
 - Les chambres sont collectives en lit simple (*2 à 4 places ou dortoir*) ; Possibilité d'une chambre en individuelle (*150 € en supplément*).
 - Les repas seront végétariens et confectionnés sur place dans le cadre des activités ;
 - Prévoir pour votre venue une tenue décontractée (tenue de sport par exemple).
- ◆ **Inscription** :
 - L'inscription sera valide à réception du chèque et du contrat signé.
 - **Renseignements et demande d'envoi du contrat** :
 - **Matthieu Ferré** : 06.59.21.79.77 **Fanny Eude** 06.22.04.58.60
 - **Ingrid Guillot** : 06.32.95.82.97
 - **Courriel** : polebienetrestlo@yahoo.com

Nombre de places limité (18 places)

Conditions générales d'inscription

Exemplaire à retourner

- Règlement : la validation de l'inscription sera effective à réception des présentes conditions générales d'inscription datées et signées, du bulletin d'inscription ainsi que du règlement intégral soit 300€ (250€ si inscription avant le 1er janv 2019)
- Tarifs incluant les différents ateliers proposés au cours du week-end, l'hébergement en chambre collective, les repas végétariens (préparés ensemble dans le cadre des ateliers)
- Possibilité d'hébergement individuel en supplément sur demande et selon disponibilités au tarif de 75€ la nuit
- Annulation : en cas d'annulation avant le 31 décembre 2018 l'intégralité du paiement vous sera remboursé. Du 1er janvier 2019 au 28 février 2019 il sera conservé 50% du paiement. Au-delà du 28 février 2019 la totalité du paiement sera conservée.
- L'association Pôle Bien-être Saint-Lô décline toute responsabilité en cas de vol, perte ou détérioration, d'objets ou de vêtements appartenant aux participants.
- Responsabilité du stagiaire - En retournant son bulletin d'inscription, le stagiaire reconnaît n'être atteint d'aucune maladie, infirmité, allergie, rendant incompatible le bon déroulement du stage du fait de son état de santé. Il s'engage à respecter les consignes de sécurité. Chaque stagiaire devra vérifier qu'il est bien assuré à titre personnel par sa responsabilité civile.
- Informatique et Liberté : Conformément à la loi informatique et liberté du 06 janvier 1978, chaque participant est informé que les informations communiquées sur le bulletin d'inscription pourront faire l'objet ultérieurement de traitement automatisé. Le participant est informé qu'il dispose d'un droit d'accès et de rectification sur les renseignements le concernant. L'association Pôle Bien-être Saint-Lô pourra être amenée à utiliser les photos réalisées durant le séjour, dans ses documents de présentation ou site internet, hormis si le participant nous fait parvenir une demande écrite stipulant son désaccord.

Fait à _____ le _____

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »

Conditions générales d'inscription

Exemplaire à conserver

- Règlement : la validation de l'inscription sera effective à réception des présentes conditions générales d'inscription datées et signées, du bulletin d'inscription ainsi que du règlement intégral soit 300€ (250€ si inscription avant le 1er janv 2019)
- Tarifs incluant les différents ateliers proposés au cours du week-end, l'hébergement en chambre collective, les repas végétariens (préparés ensemble dans le cadre des ateliers)
- Possibilité d'hébergement individuel en supplément sur demande et selon disponibilités au tarif de 75€ la nuit
- Annulation : en cas d'annulation avant le 31 décembre 2018 l'intégralité du paiement vous sera remboursé. Du 1er janvier 2019 au 28 février 2019 il sera conservé 50% du paiement. Au-delà du 28 février 2019 la totalité du paiement sera conservée.
- L'association Pôle Bien-être Saint-Lô décline toute responsabilité en cas de vol, perte ou détérioration, d'objets ou de vêtements appartenant aux participants.
- Responsabilité du stagiaire - En retournant son bulletin d'inscription, le stagiaire reconnaît n'être atteint d'aucune maladie, infirmité, allergie, rendant incompatible le bon déroulement du stage du fait de son état de santé. Il s'engage à respecter les consignes de sécurité. Chaque stagiaire devra vérifier qu'il est bien assuré à titre personnel par sa responsabilité civile.
- Informatique et Liberté : Conformément à la loi informatique et liberté du 06 janvier 1978, chaque participant est informé que les informations communiquées sur le bulletin d'inscription pourront faire l'objet ultérieurement de traitement automatisé. Le participant est informé qu'il dispose d'un droit d'accès et de rectification sur les renseignements le concernant. L'association Pôle Bien-être Saint-Lô pourra être amenée à utiliser les photos réalisées durant le séjour, dans ses documents de présentation ou site internet, hormis si le participant nous fait parvenir une demande écrite stipulant son désaccord.

Fait à _____ le _____

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »

« Pôle Bien-être Saint-Lô 709 Promenade des Ports 50000 Saint-Lô »

– Nom : Prénom :

– Adresse :

– CP : Ville :

– Tél. Portable :

– Mail :

– Chèques à l'ordre de « Pôle Bien-être Saint-Lô »



Option : chambre individuelle. J'ajoute à mon règlement un supplément de 150€ (75€ par nuit)

Renseignements complémentaires : prévoir tenues décontractées, baskets, drap 1 personne ou duvet, serviette de toilette, tapis de gym, plaid ou couverture pour certaines activités.

S'inscrit au week-end instants ressources du vendredi 4 avril 9h au 7 avril 2019 16h aux « Pierres bleues » à Surtainville et déclare approuver les conditions générales d'inscription.

Le participant se rend par ses propres moyens au lieu du stage situé au 21 route de hautteville 50270 Surtainville.

Date et signature :