

« La paix intérieure dans les pas éclairés de Saint Antoine de Padoue »

Retraite Silence & Méditation



CESAR & *Anne-Karine*

vous proposent une expérience intense de silence
en immersion profonde au cœur d'une nature sauvage à la rencontre
de votre vraie nature.

au Portugal – Serra da Estrela du 11 au 18 juin 2022

Le programme de la retraite limitée à 8 personnes

- Méditations guidées et silencieuses
- Causeries pour mettre des mots et des émotions sur vos ressentis
- Gym douce matinale, balades en conscience
- Découverte de l'action des 5 sens en lien avec l'instant présent
- Plongée au cœur du silence pour favoriser l'émergence des schémas émotionnels limitants
- Découverte de lieux sacrés au cours de balades insolites sur les traces de Saint Antoine.
- Lying ou entretiens privés exceptionnels avec Cesar, témoin de sagesse
- Soins énergétiques complémentaires d'Anne-Karine, sur demande, à 60 €.

Les conditions d'accueil

L'hôtel vous ouvrira ses portes samedi 11 juin dès 14 heures vous pourrez vous y installer confortablement. À 19 heures, la retraite débutera et se poursuivra jusqu'au 18 juin à 10 heures.



Les vols sont à votre charge, aller / retour Paris-Lisbonne (arrivée recommandée vers midi – transavia ou easyjet) puis train (40€ A/R) ou location de voiture.

- | | | |
|---|---|---------|
| • Organisation et 7 jours + 7 nuits en chambre double à l'hôtel | | 595 € |
| • Contribution libre à la hauteur de la valeur accordée à l'accompagnement de Cesar, 14 heures par jour, aux lying et à la transmission de son témoignage d'éveil | + | € |
| Total | = | € |

Pour contacter Cesar & Anne-Karine

sejours@naturahominis.fr ou +33 6 51 46 66 60

Inscription en ligne sur le site naturahominis.fr

