

La retraite des guerrières

Du 17 au 20 juin, en Dordogne – Séjour de 4 jours

Une guerrière, c'est quoi ? C'est qui ?

C'est vous, c'est nous, c'est moi. Femmes. Re-prenez conscience de votre pouvoir et votre puissance féminine. Reconnectez-vous à vous même et aux éléments de la nature. Accordez-vous une pause pour prendre soin de vous et libérer la guerrière, dans toute sa splendeur. Prenez conscience de votre puissance et de votre potentiel. Vivez une expérience de sororité et d'échanges, dans un cadre bienveillant.

Pendant le séjour, nous vous proposons d'être :

- **une guerrière connectée à la nature** : balade botanique à la découverte des plantes, des arbres et de leurs utilisations au quotidien, atelier autour des plantes et huiles essentielles des femmes et de leurs utilisations dans le cycle féminin.
- **une guerrière connectée à soi** à travers des cercles de femme, cercle de parole, cercles de mouvements, contes, atelier artistique d'argile, reconnection à son cycle et à sa féminité.
- **une guerrière autonome** en apprenant à transformer les plantes. Nous réaliserons un savon par saponification à froid avec des pétales de plantes et des transformations de saison (baumes, sirop, lactofermentation...)

Pendant le séjour, des temps libres vous seront proposés. Pendant ces pauses, vous pouvez vous reposer, vous balader ou devenir une guerrière de la transmission en proposant un atelier de votre choix aux autres guerrières en fonction de vos compétences, passions...(yoga, chant, dessin, musique....).

Les instruments de musique sont les bienvenus.

séjour réservé aux femmes

Au fil du séjour vous serez guidées par :

Séverine

- ° Paysanne-herboriste et cueilleuse, transformation de plantes aromatiques et médicinales.
- ° Formée à la phytothérapie, l'aromathérapie, la naturopathie...
- ° Animatrice d'atelier sur la transmission autour des savoirs des plantes, l'autonomie et le faire soi-même.

Laura

- ° Animatrice de cercles de femmes
- ° Formée aux ateliers artistique, aux contes, au vivant
- ° Facilitatrice à l'éveil du corps par l'expression corporelle, artistique et non verbale

Le lieu d'accueil

Vous serez accueilli à la Ferme du Grand Cros en Dordogne, un lieu isolé et sauvage en pleine nature.

Vous aurez le choix entre camper, être hébergé en dortoir collectif ou chambre individuelle lit double.

Organisation

Vous êtes attendus vendredi 17 juin, à partir de 10h30. Le premier atelier débute à 11H30, nous vous demandons d'être à l'heure pour le départ.

Le déjeuner du vendredi midi est en mode « auberge espagnole », chacun amène un petit quelque chose à partager.

La pension complète est prise en charge dès le vendredi soir et jusqu'au lundi 20 juin à midi.

Le séjour se terminera le lundi vers 16h.

Les repas proposés sont végétariens et issus de produits locaux de saison et de cueillette sauvage. Ils peuvent contenir du gluten et du lactose.

Un fichier de co-voiturage vous sera remis la semaine avant le séjour. La ferme est située à 1h30 de Bordeaux.

La gare la plus proche est celle de Thenon. Il est possible de venir vous chercher à la gare.

Inscriptions

Réservation obligatoire – Places limitées.

Pour vous inscrire merci de contacter Séverine à fermehortelie@gmail.com.

Un bulletin d'inscription vous sera envoyé. Vous devrez le compléter et le renvoyer, accompagné des arrhes.

En raison de la crise sanitaire, les arrhes ne seront pas encaissées avant le séjour en cas d'annulation lié à un nouveau confinement, le montant total du week-end sera encaissé à la fin du séjour.

Tarif

Le coût total du week-end en pension complète est de :

- 350 € en camping (places illimités)
- 370 € en dortoir collectif (7 places)
- 395 € en chambre individuelle, lit double (2 chambres disponible)
- 300€ formule sans hébergement mais avec les repas inclus.

Le tarif inclus le matériel nécessaire aux ateliers.

À prévoir

- . Votre repas en mode auberge espagnole pour le vendredi midi
- . Votre matériel de camping si vous choisissez l'option camping.
- . 4 / 5 petits pots recyclés (type confiture, miel ou cosmétique) pour les ateliers.
Pot d'environ 100 ml
- . Un carnet de note, stylo.
- . Lampe torche ou lampe frontale
- . Des vêtements et chaussures adaptés à la marche et à la météo.
- . Un sécateur ou ciseau, un sac en coton ou un sachet kraft pour les cueillettes.
- . Gants en plastique, lunettes de protection et masque pour l'atelier savonnerie
- . Tapis de sol / coussin / plaid
- . Un tablier

- . Une boîte à trésor
- . Un objet qui vous représente à déposer sur l'autel (vous le récupérez à la fin du séjour)
- . Une tenue dans les tons rouge avec accessoires
- . Des instruments, objets, oracles, livres, histoirestout ce que vous avez envie de partager avec le groupe

Renseignements

Pour tout renseignements complémentaires, vous pouvez me contacter.

Séverine - La Ferme d'Hortélie au 06.33.88.65.43 ou fermehortelie@gmail.com