



**EARENDEL DARA** est une association qui propose des évènements culturels et des ateliers de développement personnel dans un écrin de verdure, entouré de champs, de la forêt de chênes, l'étang, l'olivier, le chant des oiseaux et quelques fois le regard attendri des ânes...

Notre site se trouve dans la campagne de GAËL, Brocéliande à 30 minutes de RENNES, à 2h de PARIS (TGV et bus) possibilité de vous chercher à Gaël (à l'arrêt du bus).

Les stages ou ateliers proposés sont des retraites de la vie quotidienne, des temps pour **se retrouver avec soi-même**, au cœur de son être, loin du bruit et de l'agitation.

Je propose un format et un séjour sur mesure :

Retraite personnelle

Retraite entre amis

Retraite en couple

Retraite en groupe de 10 personnes maximum

L'espace d'un week-end ou d'un séjour de 4 jours je propose de vous accompagner dans **la démarche de lâcher prise** avec différentes approches :

L'initiation ou l'approfondissement de la méditation

La méditation guidée avec sonothérapie

La respiration consciente

Le silence intérieur

Des jeux créatifs de lâcher prise

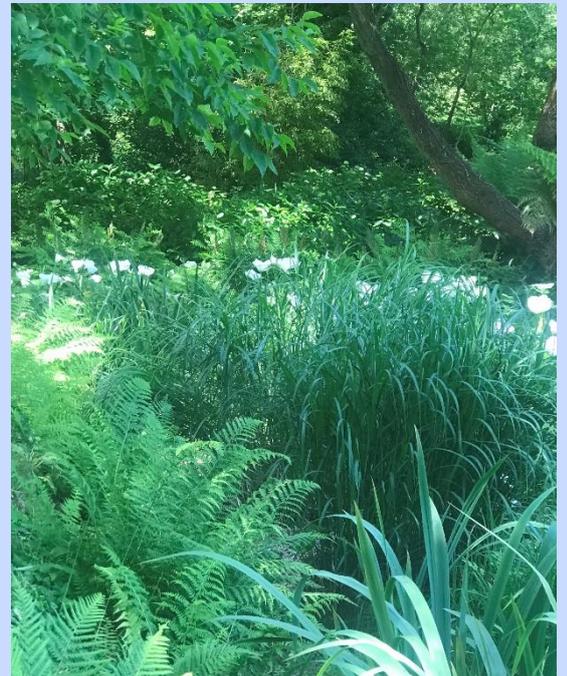
La Pleine Conscience

La communication harmonieuse

Retrouver la paix intérieure, la sagesse spirituelle et la possibilité de s'affirmer vers plus de réalisation personnelle.

Plus de CONSCIENCE de l'influence que la pensée et les paroles exercent dans la mise en œuvre de son rêve et de ses projets.

Vous disposerez de temps libres personnels de relaxation pour faire votre gymnastique, yoga ou autre et des balades dans la nature en silence.



## L'HEBERGEMENT

L'hébergement, selon la date et selon votre envie peut se faire en tente, en camping- car ; en chambre d'hôtes ou en gîte payant sur place. (Il est possible de louer le gîte ( 9 – 10 pers.) ou les chambres d'hôtes pour y rester après la retraite ou à d'autres moments de l'année pour prolonger votre expérience de « Zenitude ». De nombreux centres d'intérêt liés aux légendes Arthuriennes et à celles de Merlin l'enchanteur se trouvent à proximité ainsi que les sites de mégalithes.)

## REPAS

Pendant la retraite, je propose un semi jeûne détoxifiant végétarien à base de riz, de bouillon de légumes et des infusions pris ensemble en silence. Le café et le tabac seront laissés de côté pendant cette pause bien-être.

## ENSEIGNANTE



Patricia Sisselaar

Je suis devenue thérapeute parce que l'humain et la relation d'aide m'intéressent depuis l'adolescence.

Après mes études de Psychologie à l'Université de Paris, j'ai vécu dans différents pays et continents où j'ai pu me former en psychothérapie (Gestalt, Art thérapie, Carl Rogers) Soins énergétiques, Méditation (Brésil, Japon). A partir de 2009 je me suis formée en PNL ( la programmation neuro linguistique) avec son créateur Richard Bandler et en hypnose Ericksonienne, d'incroyables outils qui ont changé ma vie et celle de mes patients.

Je suis enseignante et maître Praticienne diplômée par « the Society of NLP », Etats-Unis.

TARIFS : Soirée ou après-midi de Présentation gratuite

Retraite de week-end : prix libre de 100€ à 199 € /personne, repas inclus ;

Retraite de 4 jours : prix libre de 199€ à 300 € /personne, repas inclus ;

Pour recevoir notre programme d'activités et vous informer contactez moi :

Par texto au 0614 72 43 25

earendel.dara@posteo.net

[www.psychologue-sisselaar.com](http://www.psychologue-sisselaar.com)

informations et recevoir la fiche d'inscription pour modalités de règlement.

