S'aimer pour mieux aimer et Spa

Animé par Marie Prousel au château d'Omiécourt et spa

Atelier d'une journée le 3 février 2027.

9h - 18h.

Une journée de totale déconnexion au château, pour vivre :

Une expérience unique qui comprend :

💓 Un atelier fait d'une alternance d'exercices personnels, de repères théoriques et de temps de partage. Une pédagogie qui permet de vivre un cheminement intime et sécurisant, au sein d'un petit groupe bienveillant de 6 à 12 personnes.



🥗 Un déjeuner fait-maison, préparé avec des légumes de saison et locaux.

💆‍♀️ Et pour terminer cette journée en beauté et en douceur, 1h de détente au spa du Château : piscines, sauna, hammam et jacuzzi.

La journée après laquelle prendre soin de vous va faire du bien à ceux que vous aimez.

💓

On vous en dit un peu plus?

Parce que nous passons trop de temps à essayer de répondre aux attentes des autres, à nous comparer, à nous juger, parfois avec une exigence que nous n'aurions jamais pour un ami, (ce qui est extrêmement énergivore), cette proposition permet d'expérimenter comment
« Mieux aimer, pour mieux s'aimer »

C'est l'occasion de vivre un moment unique dans le cocon chaleureux du château d'Omiécourt, et apprendre à :

🎯 Porter sur vous-même un regard bienveillant et encourageant, apaiser votre dialogue intérieur,

⚓ Oser regarder en vous, faire l'expérience de votre être profond,

🙌 Expérimenter des stratégies concrètes, facilement réutilisables dans le quotidien. Bref: Grandir en amour!

Toutes les infos :

📅 Mercredi 3 février | 9h – 18h
📍 Château d'Omiécourt (80). A proximité de la gare TGV Haute Picardie.

💶 150 € par personne, tout compris
• 75 € à régler en ligne pour réserver votre place.
• 75 € à régler le jour J (espèces ou chèque)
⚠️ Les places sont limitées pour préserver la qualité des échanges et l'intimité du groupe.

Envie de vous offrir cette parenthèse ?
🌿 Réservez votre place et accordez-vous enfin un peu de cette bienveillance que vous donnez si facilement aux autres.
Pour en savoir plus: www.marieprousel.com
L'approche pédagogique s'inspire des travaux de J.Monbourquette et des apports de C. Jung, et prend en compte l'intégralité de la personne.