



**Vendredi 3, Samedi 4 et Dimanche 5 Août 2018**  
**Vendredi 28, Samedi 29 et Dimanche 30 Septembre 2018**  
de 9h à 17h30

### **Pourquoi des TEMPS de PAUSE ?**

Dans l'agitation de la vie moderne, vous avez peut-être oublié de faire des pauses?

Piégés dans le mouvement incessant du faire et dans l'accélération des pensées, vous vous êtes peut-être négligés ?

Pour échapper à la pression du stress, des frustrations, des peurs, des jalousies et insécurités, en attendant que la tempête passe, vous avez peut-être construit des mondes refuges, tels que colère, violence, vengeance, dépression, addictions et compulsions en tous genres (*alimentaire, alcools, drogues, achats compulsifs, activités excessives...*)

Si votre quotidien devient trop fatigant, vos colères trop souvent répétées, de la virulence dans votre parole et une sensation de fonctionner à l'envers, vous êtes peut-être aller trop loin dans l'irrespect de vous-mêmes.

**Trois Jours de PAUSE** pour vous inviter à faire des choix correspondant à vos véritables besoins et peut-être prendre de nouvelles directions plus justes et respectueuses de vos attentes profondes.

**L'extraordinaire c'est quand la paix règnent en nous.**

**Les épreuves sont celles que l'on s'inflige tous les jours quand nous sommes dans l'irrespect de nous-mêmes.**

**Avez-vous envie de dire OUI?**

**Oui au potentiel créatif de votre vie?**

**L'École de Soi...à SOI** est ouverte à toutes personnes désirant porter un regard différent sur sa vie et ce qui l'affecte au quotidien. Sa raison d'être, au travers d'Animations et d'Accompagnements, est de valoriser le potentiel déjà là, présent en soi, redécouvrir ses véritables besoins et mettre en lumière les obstacles pour approcher de plus près les merveilles insoupçonnées qui résident dans les profondeurs de chacun.

Isabelle apporte une bienveillance à ce que chacun soit respecté dans son rythme et sa différence.

**RÉSERVATION INDISPENSABLE avant le 23 Juillet pour le Temps de Pause du 3, 4 et 5 Août 2018 et le 3 Septembre pour les Temps de Pause du 28, 29 et 30 Septembre 2018**

Toutes les informations : Lieux et dates des Temps de Pause sur le site ci-dessous

## **TEMPS de PAUSE** de 3 jours pour Soi, vers Soi et en Soi.

Pratique de la Méditation, Relaxation. Actes conscients

Marche consciente

Ateliers pratiques et ludiques

Jeu du TAO

Danse des Rythmes

Cercles de partage et d'écoute

**Temps de Pause : 290€**

### **Hébergements :**

*(prix par nuit et par personne)*

**Dortoir : 18 €** (Linge de lit non fournis. )

*Réservation sur la fiche d'Inscription.*

**Restauration :** Repas Bio et végétariens

7 € le petit déjeuner

15 € le midi

13 € le soir

*Réservation sur la fiche d'Inscription.*



### **Accès :**

La Goutte Berthaud 71740 SAINT-EDMOND

**En provenance de Charlieu ou de Roanne :**

➤ A Charlieu, prenez la D 487 en direction de La Clayette,

**En provenance de Digoin ou Marcigny :**

➤ A la sortie de Marcigny prenez la D 8 en direction de : Saint-Julien-de-Jonzy,

...

Voir fiche détaillée en fin de PDF

## **Infos utiles pour le stage**

Venir avec votre tapis, coussin de méditation, couvertures... ou pas !!

Prévoyez des vêtements amples et confortables

Prévoir vos repas si particularités

Venir avec un instrument de musique si vous en avez.

**Groupe de 15 personnes maximum**

## FICHE d'INSCRIPTION

NOM : ..... PRÉNOM : .....

ADRESSE .....

SEXE : Féminin/Masculin AGE : .....

TEL : ..... E-MAIL : .....

**Je m'inscris pour le TEMPS de PAUSE à Saint Edmond « Maison du Temps pour soi »**

du 3, 4 et 5 Août 2018

du 28, 29 et 30 Septembre 2018

**TARIF: 290€ les 3 jours + Hébergement et Restauration (voir ci-dessous)**

Fiche d'inscription à compléter et à envoyer par courrier ou par mail avec le versement des arrhes d'un montant de **100€**. (Si envoi par courrier, merci de m'informer par mail de votre inscription.)

Le reste sera demandé en début de séjour. Possibilité de régler en plusieurs fois. Voir avec Isabelle

Envoyer un chèque à Isabelle Augagneur

202 chemin de la Pimpie

07360 Les Ollières sur Eyrieux

Dès réception, vous recevrez par mail, une confirmation de votre inscription.

Pour tous désistements non justifiés, nous ne pourrons pas faire de remboursement des arrhes, sachant que votre place sera réservée.

Remplir le tableau ci-dessous en fonction de vos besoins.

Hébergement Restauration	Tarif	Quantité	Montant
Lit en dortoir	18 €		
Petit déj	7€		
Déjeuner	15€		
Dîner	13€		
		<b>MONTANT</b>	

Cadre réservé à l'ECOLE de Soi...à SOI

Cocher la case correspondant à vos besoins

<input type="checkbox"/>	J'arrive le Vendredi matin
<input type="checkbox"/>	J'arrive le Jeudi soir
<input type="checkbox"/>	Je pars le Dimanche soir
<input type="checkbox"/>	Je pars le Lundi matin

Date :

Signature :

## Accès :

La Goutte Berthaud 71740 SAINT-EDMOND

### 1) En provenance de Charlieu ou de Roanne :

- A Charlieu, prenez la D 487 en direction de La Clayette,
- Environ 1,5 km après la sortie de Charlieu, prenez sur votre gauche la direction de Saint-Edmond sur la D 122,
- Poursuivez la route et traversez le village de Saint-Edmond,
- Après le panneau de sortie du village, tournez la deuxième route à gauche à l'angle d'une maison ; vous suivrez alors les panneaux « La Maison du Temps pour Soi » et « Chambres d'hôtes ».
- Poursuivez votre route pendant 600 m.
- **« La Maison du Temps pour Soi » est la deuxième et dernière maison du hameau sur votre gauche.**

### 2) En provenance de Digoin ou Marcigny :

- A la sortie de Marcigny prenez la D 8 en direction de :
- Saint-Julien-de-Jonzy,
- Ligny-en-Brionnais,
- Saint-Maurice-lès-Châteauneuf,
- Chauffailles,
- Traversez les villages de Saint-Julien-de-Jonzy et de Ligny-en-Brionnais et continuez sur 4,8 kms environ,
- Tournez à droite en direction de Saint-Edmond sur la D 295,
- Après quelques virages vous déboucherez sur une grande ligne droite ; à ce moment, avant le panneau d'entrée du village de Saint-Edmond, vous tournerez à droite à l'angle d'une maison et vous suivrez alors les panneaux « La Maison du Temps pour Soi » et « Chambres d'hôtes ».
- Poursuivez votre route pendant 600 m.
- **« La Maison du Temps pour Soi » est la deuxième et dernière maison du hameau sur votre gauche.**

### 3) En provenance de Chauffailles :

- De Chauffailles centre, prenez la rue du 8 mai 1945, puis la route de La Clayette, la route de Chateauneuf et la D 8 en direction de Chateauneuf, ➤ A Chateauneuf, prenez la direction de Marcigny et traversez le village de Saint-Maurice-lès-Châteauneuf toujours sur la D 8,
- 2 kms après l'église de Saint-Maurice-lès-Châteauneuf, tournez à gauche en direction de Saint-Edmond sur la D 295,
- Après quelques virages vous déboucherez sur une grande ligne droite ; à ce moment, avant le panneau d'entrée du village de Saint-Edmond, vous tournerez à droite à l'angle d'une maison et vous suivrez alors les panneaux « La Maison du Temps pour Soi » et « Chambres d'hôtes ».
- Poursuivez votre route pendant 600 m.
- **« La Maison du Temps pour Soi » est la deuxième et dernière maison du hameau sur votre gauche.**