

# RENCONTRES en ÉTÉ

Échappée au grand air en temps de crise(s)

*Où en sommes-nous ?*



Ressentir - Accueillir - Déposer - Partager  
Changer d'air - Respirer  
Intégrer - Transformer - Ressentir

Quelques jours au milieu de la forêt, en intimité avec la matière vivante et les éléments naturels pour faire émerger ce qui s'est vécu profondément pendant ces 2 années de pandémie, repérer là où ça nous laisse aujourd'hui et savoir comment continuer, alors que l'état de crise perdure et se transforme.

Des **ATELIERS individuels et de groupes**  
pour vous permettre de clarifier vos émotions et vos projets

**Marches - Méditations - Parole(s) - Ancrage**  
Conscience corporelle et mouvement - Séquences avec les chevaux  
Rencontres sensibles avec la nature

à **Bigorre**, hameau de moyenne montagne en **Haute Loire**  
**43550 Saint Front**

Donner du sens à cet épisode collectif pour continuer nos chemins, tous ensemble et chacun le sien, en lien avec les autres et le monde. Faire quelques pas de plus vers la vie qui nous convient pleinement, en accord avec qui l'on est véritablement. En prenant la mesure de notre besoin de respirer avec, parmi le monde végétal et le monde animal, au cœur des sensations et des vibrations qu'ils nous offrent...

**Deux chevaux** sereins et bienveillants nous accompagneront sur les chemins de terre et nos chemins intérieurs, au gré des envies et des possibles de chacun.

**Du 3 juin (16h) au 6 juin (14h) 2022**

avec Muriel Bourrinet et Isabelle Dias

*Frais pédagogiques : 250€ - Hébergement et repas : 100€*

**Du 11 juillet (16h) au 15 juillet (14h) 2022**

avec Romain Des Grottes et Isabelle Dias

*Frais pédagogiques : 350€ - Hébergement et repas : 130€*

**Du 18 août (16h) au 21 août (14h) 2022**

avec Muriel Bourrinet et Isabelle Dias

*Frais pédagogiques : 250€ - Hébergement et repas : 100€*

**Hébergement et cuisine nature sous la toile et les étoiles**



**Muriel Bourrinet**  
Coach- Equicoach  
Psychologue



**Romain des Grottes**  
Coach professionnel  
Herbaliste - Paysan



**Isabelle Dias**  
Equicoach  
Praticienne Feldenkrais

**Renseignements pratiques - Inscriptions**

*[isabelledias@ecomail.fr](mailto:isabelledias@ecomail.fr) - 06 52 88 78 33*

<https://fr.linkedin.com/in/muriel-bourrinet-3b4aa1174> - <https://www.facebook.com/muriel.bourrinet>  
<https://desgrottescoaching.com/>