



« IZENAH », L'ILE AUX MOINES,

est un lieu à découvrir, idéal pour le ressourcement.

Selon l'imagination, la plus grande île du Golfe a la forme d'une croix, d'un ange ou d'un saurien.

C'est un petit monde en miniature aux paysages contrastés, à l'ambiance douce et parfumée. Des chemins étroits enjambent de mini-collines et descendent de mini-vallons couverts de mini-bois de pins aux noms de conte de fées : Bois d'Amour, Bois des Soupirs, Bois des Regrets. Elle a tout du refuge paradisiaque pour les amoureux de la mer et de l'insularité sereine.

L'île aux Moines a une histoire ancienne, comme en témoignent les monuments mégalithiques encore visibles aujourd'hui. C'est un lieu d'élection vibrant d'énergies fortes et curatives.

L'île aux Moines offre ses plages, ses bois et ses innombrables chemins protégés par une abondante végétation dévoilant çà et là d'admirables points de vue sur tout le Golfe. Malgré ses 7 km de long et 4 km de large, vous ne serez jamais à plus de 450 m de la mer. Dans le Bourg, les ruelles se croisent au gré des habitations. Tantôt sentiers, tantôt escaliers, elles vous font découvrir la modeste maison de pêcheur aux murs blanchis et aux menuiseries colorées, tout comme la grande maison de capitaine à la pierre de granit, parfois travaillée.

Une végétation luxuriante à demi-sauvage constitue l'un des principaux charmes de l'île. Au printemps, camélias, mimosas, hortensias et glycines envahissent les sentiers et les jardins et transforment l'île en une immense palette de couleurs pour le plaisir des yeux.

On découvre l'île par ses routes et chemins boisés, à pied ou à vélo (*locations de cycles sur le port*).

HEBERGEMENT

Il est possible d'avancer ou de prolonger votre séjour. Informez-vous dès votre réservation pour connaître les modalités et les disponibilités.

L'hébergement est organisé en chambres de 2 lits (reliés à la demande pour les couples) ou 4 lits d'une personne avec cabinet de toilette (douches) et sanitaires. Attribution des chambres par Françoise, notre hôtesse, en fonction des genres (H/F) et des arrivées, dans un juste esprit de partage.

La pension comprend : le petit-déjeuner continental, le déjeuner et le dîner et un goûter dans l'après-midi. L'alimentation est bio selon le marché et végétarienne (poisson sur demande). Les boissons ? Eaux, thés et tisanes. Si vous avez un régime particulier ou des intolérances, veuillez nous le signaler à la réservation.

Pour le bien-être de tous et la sauvegarde du lieu, il n'est pas possible de fumer dans l'ensemble de la propriété (maison, chambres et jardin).

Le linge de toilette n'est pas fourni (serviettes et gants).

Munissez-vous d'une lampe de poche pour les promenades dans l'île le soir, de chaussettes et chaussons pour circuler dans la maison.



HARMONISATION DES CORPS ENERGETIQUES ET OLFACTOTHERAPIE

avec **Claudine VERGNE**, aromathérapeute et **Bertille LUGOY**, énergéticienne

STAGE RESIDENTIEL SUR L'ILE AUX MOINES, PERLE DU GOLFE DU MORBIHAN

du jeudi 11 septembre au soir
au dimanche 14 septembre 2008



Découvrez la puissance des parfums émanant des huiles essentielles, alliée à la force curative et harmonisante de soins énergétiques de grandes traditions.

Appréciez un séminaire dans une grande maison traditionnelle de l'île, au jardin planté d'essences odorantes ...

Pour un bien-être total, vous bénéficierez d'une table d'hôtes végétarienne et essentiellement biologique, d'un spa, de superbes promenades et, bien sûr, de la proximité de la mer !



OBJECTIF

Chaque journée sera consacrée à l'étude approfondie des différents chakras : les sons, les couleurs, les mudras et l'attitude intérieure qui leur correspondent, ainsi qu'à leur affinité avec les huiles essentielles qui activent leur potentiel énergétique. Des soins énergétiques parfumés (onction et auto-massage) favoriseront l'intégration de cette nouvelle connaissance.

Grâce à une relation étroite avec les éléments et les rythmes de la Nature, nous travaillerons l'enracinement et le centrage indispensables à la perception du flux de l'énergie dans le corps et dans les champs énergétiques subtils.

A l'écoute de nos sensations, nous transformerons nos émotions en une énergie sereine et créative. La vibration harmonisée des centres énergétiques nous invitera tout naturellement à laisser notre cœur s'ouvrir davantage, à développer une communication fluide, à manifester librement notre intuition.



PROGRAMME

*Début du stage le jeudi après le dîner (vers 20h30).
Fin du stage le dimanche à 17 h.*

Le matin : Exercices énergétiques, dans la nature de préférence. Atelier d'olfaction, sons et couleurs.

L'après-midi : Protocoles de traitement aromatique et énergétique personnalisés, selon les informations fournies par l'atelier d'olfaction.

Le soir (selon les circonstances et la demande du groupe) : Pratiques favorables à l'endormissement et à un sommeil paisible (méditation, visualisation, sons thérapeutiques, relaxation, ...).



ENSEIGNEMENT

Claudine VERGNE, aromathérapeute, conférencière, enseignante à l'École d'Énergétique Appliquée (Paris).

Claudine anime depuis plusieurs années des stages d'Aromathérapie familiale destinés à prendre soin de son corps, ainsi que des ateliers d'olfaction, dont la vocation est d'harmoniser ses émotions et de développer ses qualités d'être.

Bertille LUGOY, énergéticienne, enseignante (Shiatsu, Do-In, Chi Nei Tsang, Reiki), fondatrice de l'École d'Énergétique Appliquée.

Bertille anime depuis quinze ans ateliers et formations en énergétique appliquée et évolution personnelle, nourris par une expérience de vingt années de pratique clinique.



PARTICIPATION

550 € tout compris

Hébergement : du jeudi 11 septembre à 17 h au dimanche 14 après le déjeuner.
En pension complète (chambre à deux ou à quatre lits, une salle de bains séparée par chambre, trois repas et goûter) : 228 €.

Formation : 322 € (dont préparation et fourniture des synergies d'huiles essentielles).

Inscription : versement d'arrhes de 30% du montant de l'hébergement et des frais de stage, en deux chèques, soit 68,40 € (à l'ordre de «Thermony») et 96,60 € (à l'ordre de «La Terre Native»).

Les arrhes seront encaissées à réception de l'inscription. Le solde sera versé à l'arrivée.

MATERIEL

Une liste indicative vous sera fournie avec la confirmation de votre inscription.



INFORMATION ET INSCRIPTION

Claudine VERGNE : 01 43 00 42 22
<http://queteparfumée.laterrenative.fr>

Bertille LUGOY : 06 82 36 14 07
www.bertille-lugoy.net

Françoise MUGNIER BRAUDE : 06 07 40 40 59
www.lechemindesiles.com



SE RENDRE A L'ILE AUX MOINES

Par la route : à Vannes, prendre direction Auray, Larmor Baden et suivre les panneaux « Ile aux Moines » jusqu'à Port-Blanc. Déposer les bagages au quai et se garer dans les parkings gratuits en haut du Port). Durée approximative du trajet depuis Paris : 5 heures et demie.

En TGV : de Paris Montparnasse - Vannes : 3 heures.
Puis bus ou taxi jusqu'à Port-Blanc (20 € env.) et bac pour l'Ile aux Moines (5 minutes de traversée – 4 € AR).
En septembre, départ toutes les 30 mn, de 7h à 20h.

Taxi collectif pour Le Bourg (2 €) ou marche le long de la jetée du port en suivant les panneaux indiquant Le Bourg.

Le « Chemin des Iles » est situé rue des Escaliers dans Le Bourg. Grand portail bleu à côté de la pharmacie, sur la place de la Mairie.