

# **S'offrir une parenthèse pour se retrouver !**

*Week-end bien-être et  
développement personnel  
pour Femmes.*

*1 à 2 jours pour respirer,  
partager, se reconnecter  
à soi.*

***Animée par Sylvie Gauthier  
Formatrice et coach  
Le Rheu***

*<https://www.sylviegauthierformation.fr>*



**Ces week-ends sont des bulles de douceur pour toutes les femmes qui souhaitent :**

- ✦ Prendre un temps pour elles
- ✦ Partager entre femmes sans jugement
- ✦ Explorer leurs émotions et leur chemin de vie
- ✦ Se reconnecter à leur énergie féminine

***Un moment unique pour ralentir, respirer, rire, créer du lien et retrouver confiance.***



# Des thématiques qui nourrissent le coeur et l'âme

## ♥ Devenir sa meilleure amie (2 jours)

- Retrouver la bienveillance envers soi, apprendre à s'aimer et se soutenir
- **10 janvier et 7 février 2026**

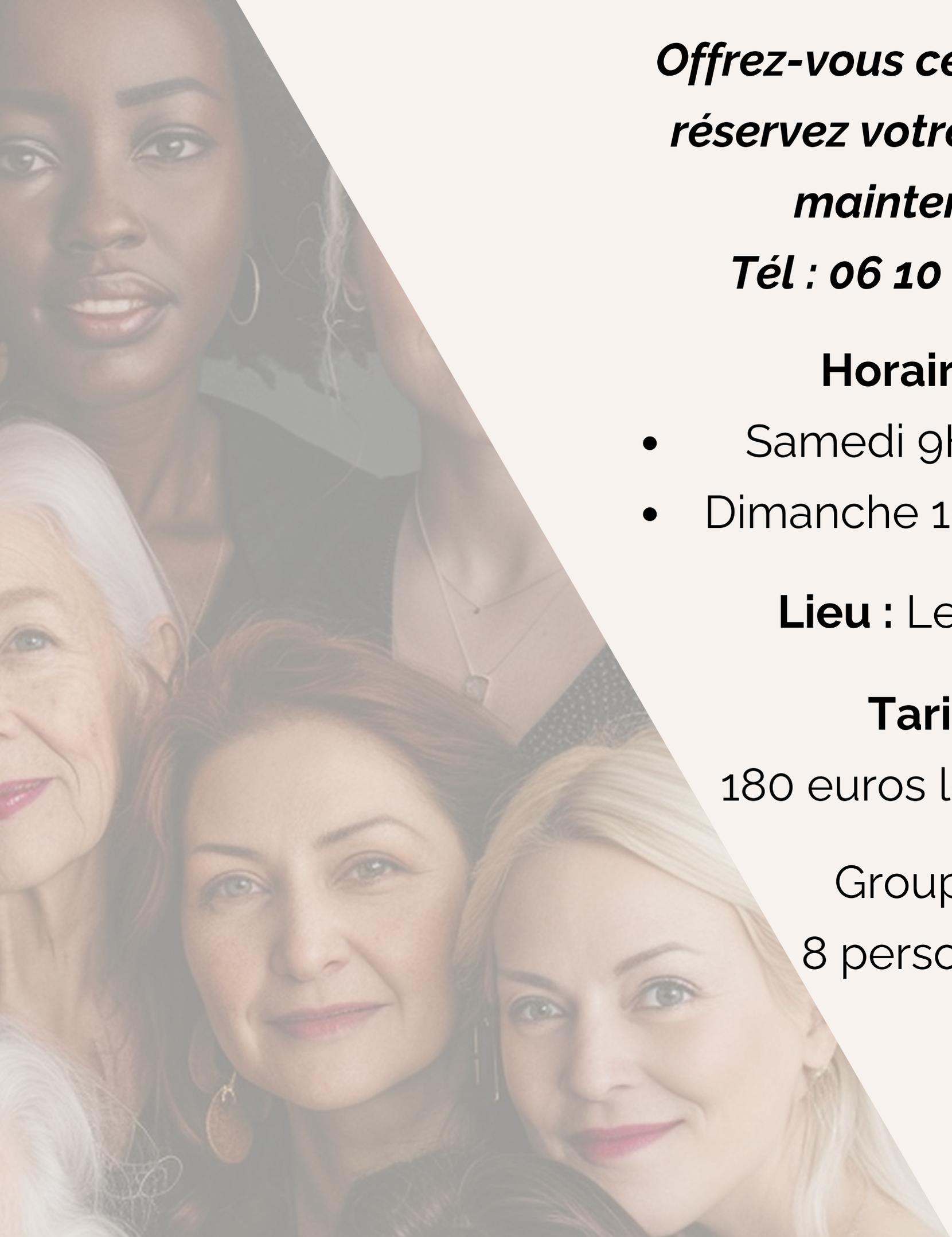
## Les archétypes féminins (1jour)

- Explorer les palettes de femmes en soi : exprimées et enfouies
- Incarner sa puissance naturelle
- **28 février 2026**

## Gagner en zénitude (1jour)

- Cultiver la sérénité, apprendre à lâcher-prise et s'ancrer dans le présent
- **21 mars 2026**





***Offrez-vous ce cadeau et  
réservez votre place dès  
maintenant :***

***Tél : 06 10 09 39 24***

**Horaires :**

- Samedi 9H30/17H00
- Dimanche 10H00/16H00

**Lieu :** Le Rheu

**Tarif :**

180 euros les 2 jours

Groupe :

8 personnes maxi

## Témoignages :

***“Un vrai moment de ressourcement, plein de bonnes énergies, de douceur et de bienveillance.”***

Mathilde

***“J’ai ri, pleuré, dansé... et surtout je me suis retrouvée.”***

Marie



***“Une bulle à vivre sans modération, bousculante et bienveillante.***

***Un voyage riche entre femmes.”***

Adeline.

Pour les inscriptions,  
merci de me  
contacter :

**[sylviegauthier35@laposte.net](mailto:sylviegauthier35@laposte.net)**

**06.10.09.39.24**

