



La Joie d'Être Soi

Retrouver ses élans de vie

Respiration Consciente Accompagnée & Gestalt

Le Soufflé au cœur de la vie.

Stage en résidentiel du 12 (18h) au 16 Mars (17h) 2025

Animé par Muriel TABARRACCI - Psychopraticienne et Formatrice

En collaboration avec Axelle TABARRACCI - Enseignante de Yoga et Méditation

<https://www.gestalt-therapie-integrative.com>

06 07 10 45 33 – murieltabarracci@gmail.com

Muriel TABARRACCI

430, AV du G. De Gaulle 13880 VELAUX

SIRET 4220356750038 – APE 8559A –

ORGANISME DE FORMATION N° 93 13 09953 13



Les apports et les outils du stage



Les apports

- Lever les barrages liés aux jugements, peurs, hontes, culpabilités qui entravent l'expression de votre être.
- Se libérer des conditionnements et fidélités familiales qui vous empêchent de vivre vos vrais choix de vie : affectifs, professionnels ou spirituels.
- Lever vos programmes et sabotages inconscients, pour vous permettre de vivre la vie qui vous correspond.
- Retrouver le contact avec l'essence de votre être vrai, développer la capacité de vous aimer et vous accueillir tel/telle que vous êtes.



Les pratiques

- Respiration Consciente Accompagnée (Breathwork).
- Des outils propres à la Gestalt Thérapie.
- Des techniques de libération émotionnelle et d'harmonisation énergétique.
- Danse libre.
- Une séance de yoga en début de matinée (45 min à 1h).



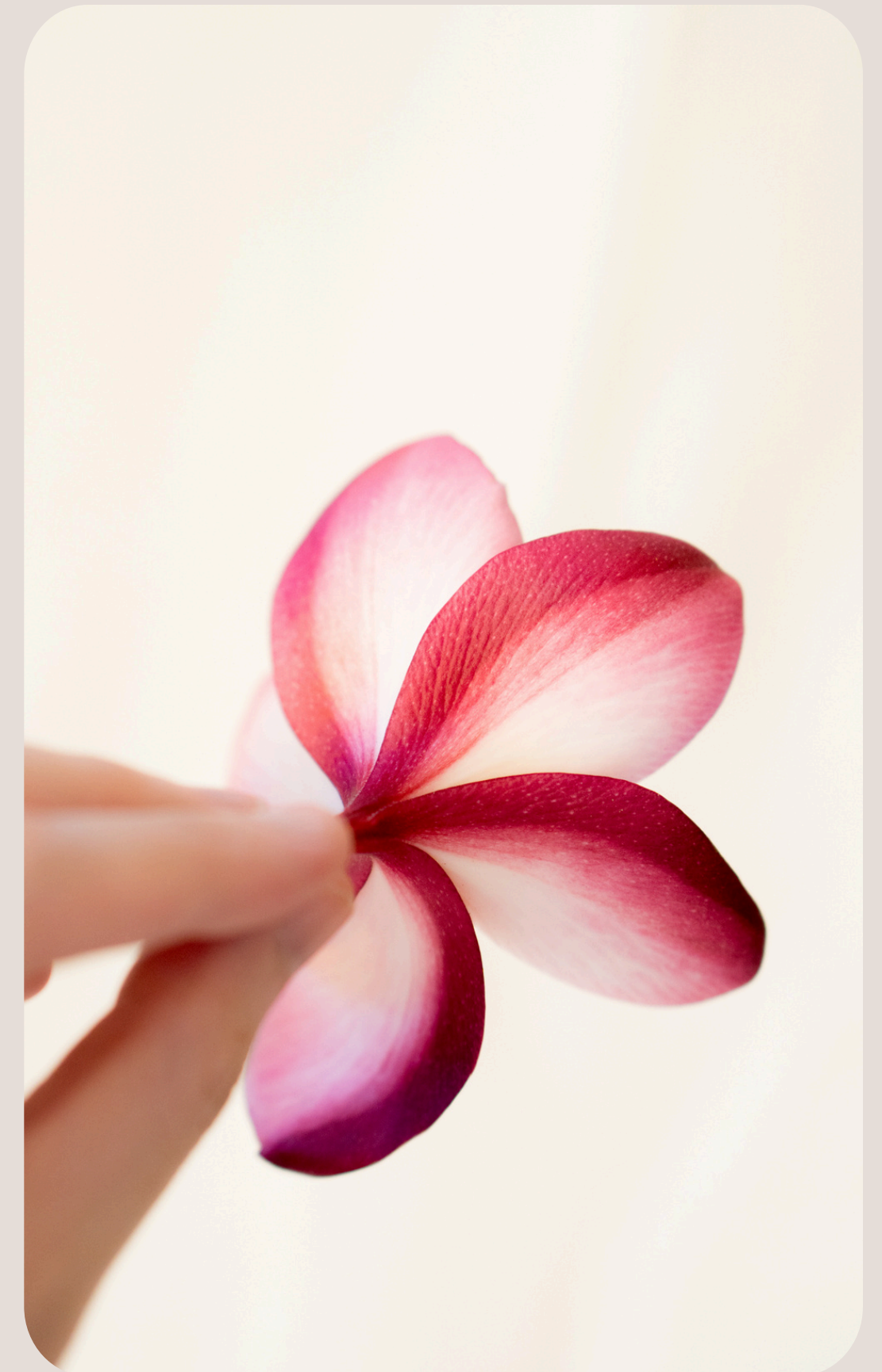
Pour vivre une vie heureuse, se sentir vivants, dans la vitalité du corps et du cœur, nous avons besoin de retrouver
le chemin de notre accord intérieur.

Écouter nos vrais besoins, nos aspirations profondes, nos élans de vie... et oser les vivre avec notre originalité.

Nous vous offrons un accompagnement original, multidimensionnel, qui intègre les dimensions corporelle, psychique et spirituelle de l'être.

C'est avec profondeur, bienveillance et respect que vous serez accompagné-e aux plus près de vos besoins.

L'ambiance bienveillante et chaleureuse générée dans le groupe sont des catalyseurs et un précieux soutien pour chacun-e dans son cheminement personnel.



À propos

Psychopraticienne certifiée et Formatrice



Depuis 25 ans, je me consacre à l'accompagnement et à la formation de nombreuses personnes dans leur évolution personnelle et professionnelle. Au service des hommes et des femmes en chemin, qui souhaitent donner du sens à leur vie.

Gestalt Thérapeute - Thérapeute EMDR

Thérapeute IR® Accompagnement basé sur les neuro-sciences affectives et la théorie polyvagale pour les troubles du lien d'attachement et les traumatismes.

Transgénérationnel et Psychogénéalogie

Thérapeute ODA (thérapie psychocorporelle et transpersonnelle)

Maître Praticienne PNL

Facilitatrice en Méditation de Pleine Conscience (enseignement du maître zen bouddhiste Thich Nath Hanh)

Enseignante certifiée FNEY

Hatha-Yoga - Yoga-Nidra - Raja-Yoga (méditation)



25 ans de pratique psychocorporelle et transpersonnelle en ODA (ontologie dynamique appliquée), formée par Dorice Neuville à cette approche très libératrice qui nous amène à vivre de façon concrète et dynamique la nature de notre être au quotidien.

Après un parcours de Formatrice en communication et 10 ans d'accompagnement en développement personnel en entreprise, je me suis consacrée à l'enseignement du yoga et de la méditation, en mettant le souffle au cœur de nos vies.

Informations pratiques

Afin de vous offrir des conditions privilégiées d'écoute et d'accompagnement, nous choisissons d'ouvrir chaque stage à 14 participants maximum.

- Dates:

Du mercredi 12 (18h) au dimanche 16 mars (17h) 2025.

- Tarif:

- Stage : 650 €
- Hébergement en pension complète, toutes les chambres bénéficient d'une salle d'eau privée (douche-lavabo-toilettes). Chacun apporte ses draps ou location pour le séjour : 10€.

En chambre partagée à 2 ou 3 : 340 €/personne en pension complète. Possibilité de chambre individuelle selon disponibilité avec supplément.

- Lieu du stage :

Le Hameau des Sources, 845 chemin de Chomaise- 07290 Préaux.
<https://source07.fr> - A 1h20 au Sud de Lyon et à 1h au Nord de Valence.

- Inscription :

- Entretien téléphonique préalable.
- L'inscription sera effective à réception du bulletin accompagné d'un virement de 150 € (un RIB vous sera envoyé). L'hébergement sera à régler directement auprès du gîte le jour de l'arrivée.
- Conditions d'annulation : En cas de désistement jusqu'à 2 mois avant le stage, l'acompte vous sera remboursé au-delà il sera conservé. En cas d'annulation à moins de 2 semaines avant la date de début du stage ou d'abandon en cours de stage, la totalité du stage est dû.

Bulletin d'inscription :

Je m'inscris au stage : **La Joie d'Être Soi**
du 12 (18h) au 16 (17h) Mars 2025

[Pour réserver cliquer ici](#)

Ou bien adresser votre réponse à :
murieltabarracci@gmail.com

