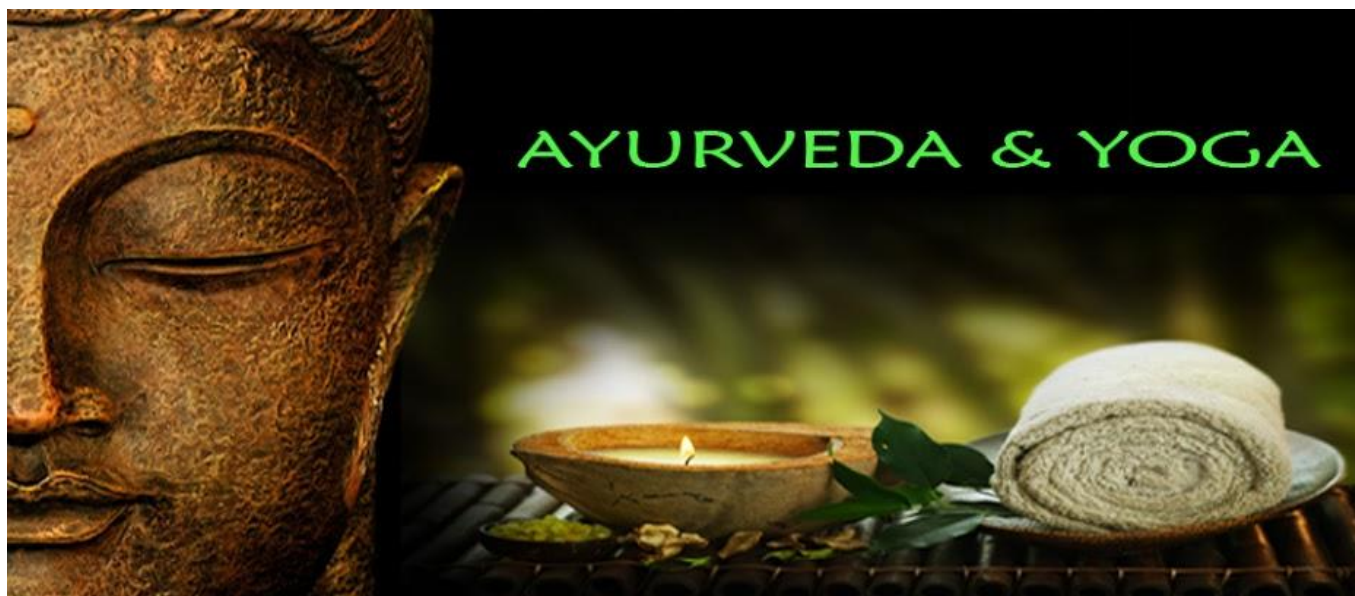


SEJOUR AU KERALA 2017 -INDE DU SUD

15 JOURS / 13 NUITS sur place - Du Samedi 4 Février au Samedi 18 Février 2017

Ouverture à l'Autre et Présence à Soi Au cœur de l'Inde



Fais du bien à ton Corps pour que ton Âme ait envie d'y rester...Proverbe indien

C'est au Kerala, qu'est né L'Ayurveda, il y a plus de 5000ans.

Issue de la tradition indienne, la médecine ayurvédique est considérée comme la plus ancienne médecine holistique du monde.

L'Ayurveda est avant tout une philosophie, un **véritable art de vivre** qui inclut, la phytothérapie, la diététique, le yoga, la méditation, le travail sur le souffle, le chant et bien évidemment, pour notre plus grand bonheur, **des massages et des soins personnalisés.**

Nous allons prendre soin de nous, au cœur de l'Inde authentique !

Nous prendrons le temps de nous poser, de nous ressourcer, de nous intérioriser pour nourrir cette **présence à soi**, si précieuse, grâce aux soins prodigués : les massages, la pratique du yoga, la pleine conscience et l'ouverture à la spiritualité de l'Inde.

Nous prendrons le temps de déguster ces saveurs parfumées de l'Inde, nous goûterons aux sourires joyeux des kéralais, nos escapades nourriront notre soif **d'ouverture à l'autre**, les soirées festives nous enchanteront, la musique, la danse, les fêtes alentours nous réjouiront.

Nous danserons la vie !

Nathalie PORCARO nous fait la joie d'animer un atelier de **Chakra dance** durant le séjour.

Voyage proposé par Martine Quesnoy **06 30 45 39 74**

Ce voyage original est organisé par **Martine Quesnoy** en collaboration avec **une agence spécialisée sur l'Inde : Les rendez-vous de l'Inde.**

Ce séjour allie le yoga, la cure ayurvédique, la méditation pleine conscience et l'initiation à la chakra dance dans un véritable havre de paix, à une dizaine de minutes des plages sauvages de l'océan indien au cœur du Kerala.

Nous serons accueillis par Sarva Âtmâ Mithra, professeur de yoga depuis plus de 20 ans, thérapeute en massage ayurvédique abhyanga et responsable du centre ayurvédique Maithrimandir.

Ce lieu s'inscrit dans une démarche de tourisme solidaire en mettant l'être humain au centre du voyage.

Prix : **2280€** par personne Encadrement et Accompagnement de Martine Quesnoy – cure ayurvédique en Pension complète et **vol aller-retour inclus.**

Programme détaillé et bulletin d'inscription
sur simple demande : contact@martine-quesnoy.com



L'intervenante et Accompagnatrice : Martine Quesnoy

Depuis plus de 15 ans, je me consacre à la formation humaine et à l'accompagnement individuel et de couples, en mettant l'accent sur l'importance de la qualité de la communication relationnelle, afin de vivre des relations saines, respectueuses et épanouissantes dans sa vie personnelle et professionnelle. Je dirige aujourd'hui le centre de formations et de consultations : Martine Quesnoy Conseil : www.martine-quesnoy.com

En parallèle de ces activités, **j'organise régulièrement des stages de développement personnel tant en France qu'à l'étranger.** J'adore voyager et aller à la rencontre de l'autre, depuis toujours. J'ai découvert le massage et la spiritualité vivante, lors d'un premier voyage à Bali.

J'ai poursuivi mes explorations notamment en Thaïlande et J'ai découvert l'Inde en 2011. Une véritable révélation. Mon cœur fut tellement touché humainement et spirituellement que depuis, j'y retourne régulièrement, du Nord au Sud.

LE MONDE EN RENDEZ-VOUS : Tél : (+33) 468845701 / +33 615541072 Email :

contact@lemondeenrendezvous.com - Adresse : Route de Picaubeil - Cave Coopérative - 66720 Cassagnes
Garantie financière: APST, 15 AVENUE CARNOT 75017 PARIS, France - Assurance Responsabilité civile professionnelle:
PRC0099531HISCOX 19 rue Louis Le Grand, 75002 Paris, France - Licence Atout France : 66130008 Siret :
7942736312 - Tva intracommunautaire FR94794273631.

Le Kerala nourrit mon corps, à travers les massages et les cures ayurvédiques ; le Tamil Nadu m'a ouvert le cœur grâce à cette rencontre extraordinaire avec Ramana Maharshi et sa Montagne sacrée.

Rishikesh m'a permise de pratiquer le yoga et la méditation auprès de Vivek, Professeur de Yoga et Thérapeute en Âyurveda, que j'avais rencontré en France, grâce à mon professeur de yoga et Amie, Isabelle Démolière.

J'ai continué l'exploration de l'Inde et de ses trésors, en remontant à la source du Gange, au cœur des Himalayas, pour poursuivre ensuite jusqu'à Dharamsala, et avoir le bonheur de rencontrer le Dalai lama. L'Inde me fait vibrer, vous l'aurez compris.

C'est ainsi, que tout naturellement, j'ai ressenti le profond désir d'organiser des séjours en Inde.

Pour tout renseignement concernant le prochain voyage : « Ouverture à l'autre et Présence à soi au cœur de l'Inde » du 4 Février au 18 Février 2017, je suis joignable au **06 30 45 39 74**.

Les inscriptions se font par ordre d'arrivée. **Le nombre de place est limité à 12 personnes.**

Date limite d'inscription : le 15 Septembre 2016

Durant notre séjour, Nathalie PORCARO nous fera la joie d'animer un atelier de **Chakra dance**.

Qu'est-ce que la chakra dance ? Chakradance® est la pratique d'une danse thérapeutique pour le corps et l'esprit. Elle associe **mouvement spontané**, musique en **résonance** avec les vibrations des **7 chakras**, imagerie guidée et dessin créatif de mandala pour aider chacun à **retrouver sa véritable essence et son épanouissement personnel**.

Notre intervenante : Nathalie PORCARO Formatrice en communication interpersonnelle, Coach certifiée et **Facilitatrice Chakradance®**



« Passionnée par l'humain, la danse, et désireuse de me reconnecter à une partie de moi, je recherche des ateliers de danse intuitive. Je découvre alors la CHAKRA DANCE. C'est tout naturellement que j'ai vu **le lien et la puissance de cette approche** pour mieux vous accompagner et vous aider à prendre conscience de vos potentiels et les développer. » Nathalie Porcaro.

LE MONDE EN RENDEZ-VOUS : Tél : (+33) 468845701 / +33 615541072 Email :

contact@lemondeenrendezvous.com - Adresse : Route de Picaubeil - Cave Coopérative - 66720 Cassagnes
Garantie financière: APST, 15 AVENUE CARNOT 75017 PARIS, France - Assurance Responsabilité civile professionnelle:
PRC0099531HISCOX 19 rue Louis Le Grand, 75002 Paris, France - Licence Atout France : 66130008 Siret :
7942736313 - Tva intracommunautaire FR94794273631.