

Escapade à Redu

Et si cette année 2019 était la vôtre ?

Animée par Christine Alexandre & Pierre Portevin

Du 30 Novembre au 2 Décembre 2018



Comment faire en sorte que 2019 soit vraiment "Votre année" ?

2018 se termine doucement. Nous y avons vécu de bons moments ... et d'autres qui l'étaient moins 😊 ! A l'approche de cette fin d'année, vous pensez sans doute, comme beaucoup, à la suivante, désirant qu'elle soit meilleure, et êtes prêt(e) à vous engager en ce sens !

Mais savez-vous que 97 % des bonnes résolutions tombent dans l'oubli ?

Vous avez peut-être entrepris cette démarche l'année dernière ou celle d'avant... et malgré votre détermination, les évolutions souhaitées ne se sont pas réalisées comme vous l'espérez. Et vous le regrettez, car en abandonnant les promesses faites à vous-même, vous laissez à d'autres le soin d'orienter votre existence !

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

Waouw Travel SPRL – Rue Culée 12 1380 Lasne
0471/99.99.19 – amandine@waouwtravel.be – Lic. A5936

Ne pas tenir nos résolutions de fin d'année est humain. Car, lorsque nous les prenons, nous ne tenons pas compte des imperfections de notre cerveau. Et il nous joue bien des tours. Faut-il baisser les bras ? Non, car la fin d'année reste un moment marquant pour faire le point sur sa vie, et redéfinir ce qui est important, pour impulser un changement. Pour augmenter nos chances de succès, il faut s'y prendre autrement.

Pour que votre année 2019 vous apporte ce que vous en espérez, nous vous proposons un week-end de recul, dans un lieu élégant privatisé, en pleine nature dans les Ardennes, près du charmant village de Redu.

Trois jours pour une connaissance plus lucide de vous-même, et une compréhension accrue du fonctionnement de votre cerveau (pour s'en faire un allié).

Trois jours pour une meilleure maîtrise de vos pensées et de vos comportements, et un choix stratégique des actions appropriées pour aller vers ce qui est important pour vous.

Trois jours pour vous aider à être en alignement avec la personne que vous êtes, à prendre avec cœur des décisions en cohérence avec vos pensées et vos émotions, et pour définir un plan d'action concret, adapté à votre vie.

Pendant ce week-end, vous serez soutenu(e) par deux experts, mais aussi par la magie de la dynamique de groupe, dont vous pourrez aussi bénéficier pour vous soutenir tout au long de l'année.

Et à la fin de ce moment privilégié, vous serez gonflé(e) d'une énergie durable pour avancer avec confiance et persévérance vers les objectifs que vous aurez choisis. Vous serez prêt(e) à faire ce qui est nécessaire pour que 2019 soit vraiment "Votre année" !



ITINERAIRE

Jour 1 (Vendredi 30 novembre 2018) : Cap sur Redu (D)

Nous vous donnons rendez-vous à partir de 17h00 à Sech'Ry, domaine de charme en bordure des Ardennes (à 1h30 de Bruxelles). Au beau milieu d'un écrin de verdure, à un jet de pierre de la Lesse, dans le village classé de Sechery près de Redu, vous serez accueillis dans un lieu d'exception !

Le domaine comporte deux parties : deux fermes anciennes datant de 1460 et 1870, il a été repensé par le bureau d'architecture reconnu Dirk Coopman, Lauréat du Grand Prix d'Architecture de Wallonie.

Ce lieu propose, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur, un éventail de diversités spatiales qui permettent l'intimité et le bien-être. Il allie confort et beauté.

Après installation, vers 18h30, nous ferons la connaissance de Christine Alexandre et Pierre Portevin qui se présenteront et entreront directement dans le vif du sujet !

Et aux alentours de 19h30, nous prendrons notre premier dîner dans ce lieu unique !

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.



Jour 2 (Samedi 01 décembre 2018) : Expériences & Envies (B, L, D)

Après un bon petit-déjeuner, nous allons, par des exercices concrets, vivre des expériences en groupe, en sous-groupes, et individuellement.

La démarche collective est très riche, car dans un groupe il y a un jeu de reflets, l'autre peut m'éclairer sur ce que je suis ou pas. C'est aussi un lieu de partages où l'on peut s'exprimer librement. Nous nous (re)découvrons pour élargir notre zone de confort dans le respect de soi et de son environnement.

Nous déjeunerons au Domaine vers 13h00.

Et après ce lunch, nous vivrons des expériences qui tout doucement et en totale bienveillance, nous amèneront à accepter le changement. Ces exercices nous donneront le sentiment de pouvoir choisir et d'être libres pour pouvoir définir nos envies.

En cours d'après-midi, nous vous proposerons un moment de détente, où chacun aura le loisir de profiter du domaine et de la région.



Et après le dîner, une soirée Waouw nous permettra d'aller vers de nouvelles rencontres !

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

Waouw Travel SPRL – Rue Culée 12 1380 Lasne
0471/99.99.19 – amandine@waouwtravel.be – Lic. A5936

Jour 3 (Dimanche 02 décembre 2018) : Changement & Objectifs (B, L)

Après le petit-déjeuner, vous serez invités à vivre des situations qui vous mèneront à comprendre comment changer et créer de nouvelles habitudes.

Nous identifierons ensemble ce qui va vous aider à aller vers vos objectifs.

Vous allez aller à la rencontre de vos défis et vivre un parcours qui vous conduira, à votre rythme et en totale autonomie, vers une vie avec plus de sens, plus de bien-être et plus de satisfaction.

Et après un dernier lunch au Domaine, visualisation, debriefing, derniers partages et ... dans vos bagages, un plan d'actions pour démarrer une année différente et aller vers ce qui est important pour vous 😊 !

» ILS VOUS ACCOMPAGNENT



Christine Alexandre

Coach certifiée par l'Institut International de Genève, formatrice, conférencière, Christine Alexandre est à l'origine, avec son mari, d'un concept qui permet à chacun de se retrouver avec soi dans l'instant présent.

Enseignante de formation, Christine Alexandre quitte l'enseignement après 15 ans. Elle crée des voyages pour des entreprises qu'elle accompagne pendant 8 ans. Formée en coaching, en Pnl, analyse transactionnelle, neurosciences, ennéagramme, ...), elle travaille en entreprise, donne des formations, conférences et accompagne en individuel avec la volonté "d'élever" l'humain dans sa vie professionnelle et personnelle.

Mue par 15 années d'expérience dans l'accompagnement, elle crée, avec Dominique, son mari, Waouw Travel qui permet d'allier leurs compétences et passions. Ensemble avec leur fille, Amandine, ils créent des voyages et des escapades d'épanouissement et Christine s'adonne aujourd'hui pleinement à l'accompagnement des groupes et en anime certains tout cela dans la même vision : apporter un petit ou grand plus dans la vie de ceux qu'ils rencontrent.



Pierre Portevin

« Mieux vivre avec soi pour mieux vivre avec les autres »

Pierre est coach de vie, conseiller en intelligence collective des organisations et en communication. Formé au coaching, à l'ANC (Approche Neurocognitive et Comportementale) et à l'IFS (Internal Family System), il co-pilote avec Daniel Kerrigan le projet DareDo. Il est auteur, formateur et conférencier dans ses

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

principaux domaines d'expertise : l'amitié avec soi-même, l'audace, le courage, la persévérance et la résilience, et la bienveillance en entreprise. Père de deux enfants, il accompagne une mutation de notre société vers un monde plus favorable aux générations futures.

Il a écrit plusieurs livres dont : « Mon meilleur ami... C'est moi - Eloge et mode d'emploi de l'amitié avec soi-même » (Editions Eyrolles-Préface d'Ilios Kotsou).

i EN PRATIQUE

Prix du séjour de 2 nuits en chambre double : 395 € pp.

Paiement à la réservation.

Séjour garanti à partir de 25 participants.

Inclus :

- les deux nuitées au domaine Sech'ry près de Redu,
- tous les repas du dîner du vendredi au lunch du dimanche (eaux comprises),
- les conférences et ateliers animés par Christine Alexandre et Pierre Portevin,
- l'accompagnement de l'équipe de Waouw Travel.

Non inclus :

- les autres boissons,
- les activités libres,
- les dépenses personnelles,
- les assurances.

Comment arriver au Domaine Sech'ry ?

- En voiture : Autoroute E411 sortie 23 (Wellin)
 - 1h30 de Bruxelles, 1h30 de Mons, 1h20 de Liège
 - Un système de co-voiturage sera mis en place via internet
- En train : la gare la plus proche est la gare de Libramont
Une navette gratuite (30 min de transfert) est prévue depuis la gare (Sur réservation uniquement et selon horaires fixes)

Informations et inscriptions :

Amandine Bleeckx - Waouw Travel

0471/99.99.19 ou amandine@waouwtravel.be



B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.