

OSE · EXISTER



RETRAITE POUR FEMMES

OSE

Djerba

WEEK-END DE L'ASCENSION

5 — 9 mai 2027

Enfin un temps pour toi.

Sandra Mention

L.E.V HARMONIE

ET SI, CETTE FOIS, C'ÉTAIT TON TOUR ?

Enfin un temps pour toi.

Le temps d'un week-end de l'Ascension, je t'emmène à Djerba. Une villa face au lagon, douze femmes, et une seule règle : **plus rien à porter pour les autres pendant cinq jours**. Juste un espace pour se relier, se libérer, se retrouver.



L'énergie de Djerba

Djerba porte un nom qui se raconte comme une légende : l'île des Lotophages. Dans l'Odyssée, Ulysse y fait escale. Ses compagnons goûtent au lotus, ce fruit qui, dit-on, effaçait d'un coup tous les soucis du monde. Ils ne voulaient plus repartir.

Depuis, la lumière n'a pas changé. Le blanc des murs, le sel dans l'air, la douceur des jours. C'est cette énergie-là qu'on vient chercher, le temps d'un week-end.



Ateliers holistiques

Libération émotionnelle, rituel énergétique, archétypes féminins.
Le cœur battant du séjour.



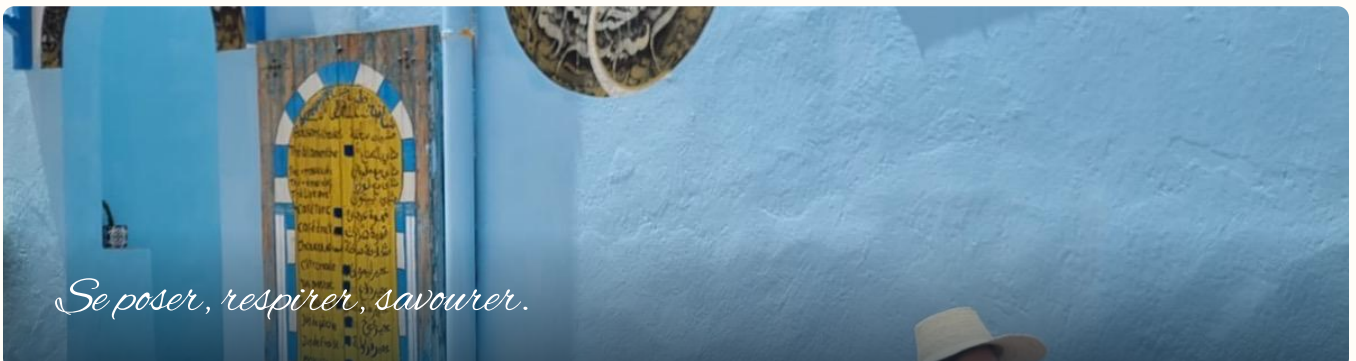
Un vrai temps pour toi

Plage à pied, massage en option, farniente. Un temps précieux pour ralentir.



Sororité

11 femmes qui traversent, comme toi, ce besoin de souffler. On se choisit, ensemble.



Ose · Exister

FAISONS CONNAISSANCE

L'énergie de cette parenthèse.



J'ai créé cette parenthèse pour que tu
prennes enfin ce temps pour toi.

Tous les jours, je reçois des femmes comme toi. Qui rêvent de ce temps rien qu'à elles, et qui ne passent jamais à l'action. Pas par manque d'envie, mais parce que personne ne leur a jamais dit que c'était permis.

Le temps d'un week-end, à Djerba, je t'accompagne à le faire. Vraiment.

Ma méthode, *HypnoEnergie*, mêle hypnose, travail énergétique et libération transgénérationnelle. C'est elle qui infuse chaque atelier de cette retraite, sur cette île où la lumière donne déjà l'exemple de ralentir.

Ose · Exister

LE LIEU

Villa Lagoon, face à la mer.

J'ai choisi cette villa en pensant à toi, avec une attention toute particulière : une maison d'architecte avec piscine à débordement, ouvrant sur la lagune et la mer, à seulement quelques pas de la plage de Yati, **la plus belle plage de sable fin de Djerba**. C'est un lieu d'exception qu'on ne s'offre pas tous les jours, et que j'ai profondément envie de te faire découvrir et de te faire vivre, le temps d'un week-end rien que pour toi.



Piscine à débordement, vue lagune
& mer



Cuisine faite maison, avec douceur
et saveur



À deux pas de la plage, quartier
calme



La plage de Yati

Sable fin, eau claire, ambiance calme : la plage de Yati, sur la côte est de l'île, est réputée pour être l'une des plus belles de Djerba. Un vrai bol d'air, à deux pas de la villa.

Un cadre d'exception, pour un temps d'exception.

LE PROGRAMME

Ce qui t'attend.

Juste un rythme qui te porte. Voici les moments qui reviennent, jour après jour.



Petit-déjeuner

Fait maison, au bord de la piscine



Réveil musculaire

Doux, pour réveiller le corps en conscience



Atelier holistique

Le cœur du séjour, pensé pour toi



Déjeuner à la villa

Convivial, entre femmes, à l'ombre du patio



Après-midi libre

Plage, farniente ou sieste, à ton rythme



Soirée à l'extérieur

Sous les étoiles, pour prolonger la douceur

SAMEDI SOIR

Soirée festive Ose

On se célèbre, on trinque, on danse. La légèreté prend toute la place... on se révèle.



LIEU

Villa d'architecte à Djerba



FORMULE

Demi-pension



VOL

Non inclus



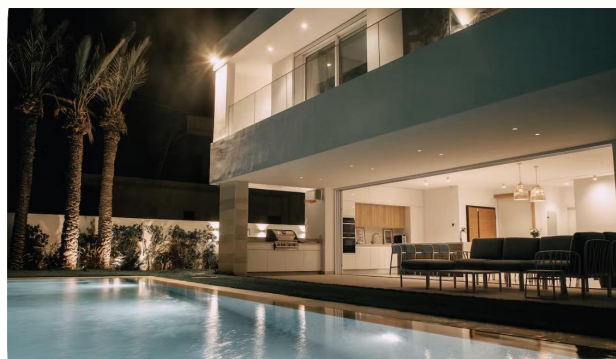
GROUPE

12 femmes, candidature



UN AVANT-GOÛT

Djerba, en images.



OFFRE-TOI CE CADEAU 🛍️

5 jours rien que pour toi

JE CANDIDATE

12 PLACES · RÉPONSE PERSONNELLE GARANTIE

1

Tu candidates

Quelques questions simples, pour faire connaissance.

2

Je te réponds

Personnellement, sous quelques jours.

3

Ta place se confirme

Et on prépare la suite, ensemble.

Sandra Mention

L.E.V HARMONIE

📞 06 61 08 32 02

✉️ sandra.mention@levharmonie.fr

Ose · Exister