



Nos offres & séjours à thèmes - 2019

Bien-être • Epanouissement de l'enfant • Œnologie
Communication relationnelle

Maison d'Accueil

Couvent des Sœurs du Très-Saint-Sauveur

2, rue Principale
F-67110 OBERBRONN

☎ 0033 (0)3 88 80 84 50
@ accueil@soeurs-stsauveur.fr

www.facebook.com/CouventOberbronn/

www.maison-accueil-oberbronn.com



Maison d'Accueil
Oberbronn

Nos séjours « BIEN-ÊTRE »



Relaxations • Sophrologie • Yoga du rire • Séances de lâcher-prise • Marche méditative • Conseils en nutrition et détox • Initiation à l'auto-massage • Réflexologie plantaire • Découverte des plantes sauvages avec ateliers • Poterie...

Autant de possibilités pour vous RESSOURCER !

Nos thématiques :

« Bien-être et gestion du stress »

du 18 au 20 janvier 2019 / du 18 au 20 octobre 2019

« Détox du printemps ou d'automne, un allié du bien-être ! »

du 12 au 14 mars 2019 / du 20 au 22 septembre 2019

« Relaxation et créativité »

du 03 au 05 mai 2019

« Atelier nature et bien-être »

du 31 mai au 02 juin 2019 / du 21 au 23 juin 2019

Nos animateurs ont été sélectionnés pour leur professionnalisme et sont diplômés dans leurs domaines d'intervention.

Détail de l'offre « Séjour BIEN-ÊTRE » :

3 jours / 2 nuitées en pension complète, hors boissons. Verre de bienvenue offert !

L'arrivée est programmée le jour 1 pour le dîner. Le départ se fera le jour 3 après le déjeuner.

Tarif par personne pour le séjour complet : 167€ (frais d'animation inclus)

Nos séjours « BIEN-ÊTRE » SPECIAL ENFANT/PARENT

du 21 au 22 février 2019 / du 15 au 16 avril 2019



Emmener les enfants sur le chemin de leur bonheur

Mon Moment Magique (MMM) est un concept original et novateur d'ateliers bien-être pour enfants, source de découverte ludique du développement personnel.

Il est proposé aux enfants un ensemble de pratiques bien-être pour : apprendre à s'occuper d'eux, avoir confiance en eux, être

bien dans leur tête, dans leur corps et dans leur cœur et leur donner des outils pour être heureux dans leur quotidien.

Contenu : un atelier pour l'enfant, un atelier pour le parent accompagnant, un atelier commun enfant-parent, et un atelier créatif pour chacun.

Détail de l'offre « Séjour BIEN-ÊTRE » SPECIAL ENFANT/PARENT :

2 jours / 1 nuitée en pension complète, hors boissons. Verre de bienvenue offert !

L'arrivée est programmée le jour 1 pour le dîner. Le départ se fera le jour 2 en fin d'après-midi.

Tarif pour un adulte + un enfant pour le séjour complet : 180€ (frais d'animation inclus)

Nos dîners-dégustations « ŒNOLOGIQUES »

samedi 09 février 2019 / vendredi 03 mai 2019 - 19h00



Laissez-vous initier à l'œnologie par un Maître Sommelier de France !

Le dîner œnologique est la fine fleur de l'art de la dégustation de vin. Il vous emmènera à la découverte de six vins biologiques certifiés, en accord avec le menu proposé par le chef.

En partageant sa passion, notre Maître Sommelier de France vous initie aux mystères de la dégustation et aux accords « mets et vins ».

Exemple de Menu : Foie de canard et sa confiture d'oignons, chutney de groseilles - Dinde farcie, sauce à la châtaigne et champignons - Buffet de Fromages - Pyramide tout chocolat noir. (adapté selon saison)

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération

Détail de l'offre « Nos dîners-dégustations ŒNOLOGIQUES » :

Option 1 : dîner, dégustation animée et boissons comprises : 42€ par personne

Option 2 : Option 1 suivie d'une nuitée au Couvent, avec petit-déjeuner : 78€ par personne

Notre atelier/conférence « COMMUNICATION RELATIONNELLE » du 15 au 17 février 2019



Comment améliorer nos relations humaines, personnelles et professionnelle ?

Session animée par Marie Maquaire, Consultante en Communication Relationnelle, Formatrice, Médiatrice, et Coach.

Objectif de la session - atelier

Il nous arrive d'avoir du mal à supporter les comportements de notre entourage, surtout quand ils ne sont pas exprimés clairement ; de faire face à l'agressivité, au rejet, à la trahison, jusqu'à nous rendre parfois malades... Le corps crie ses maux / mots.

Il nous arrive de dire « oui » alors que nous voudrions dire « non », de culpabiliser, de nous écraser ou d'exploser ! Autant de conflits en nous-mêmes et envers les autres.

Et si nous apprenions à identifier nos maux qui font souffrir notre corps, notre âme, nos relations ?

Les « nommer », les examiner, les comprendre, les travailler... pour nous en libérer.

Chacun pourra relire ses propres expériences en les confrontant à celles des autres participants.

Que cultivons-nous ?

Qu'est-ce que pardonner ? Comment dire à l'autre ce qui nous a blessé ? Y-a-t-il des limites ?

Peut-on rester distant tout en pardonnant ? Que faire quand l'autre ne veut pas entendre ?

Comment mettre "en mots les maux" qui rendent la vie des uns si difficile avec les autres et pour lequel nous n'avons pas reçu d'enseignement à l'école ?

Marie Maquaire propose une formation qui fait bouger nos habitudes avec des outils concrets pour communiquer et avoir une relation saine et constructive dans nos rapports à nous-mêmes et aux autres.

Détail de l'offre « Atelier/Conférence COMMUNICATION RELATIONNELLE » :

3 jours / 2 nuitée en pension complète, hors boissons. Verre de bienvenue offert !

L'arrivée est programmée le jour 1 pour le dîner. Le départ se fera le jour 3 vers 16h30.

Tarif par personne pour la session complète : 202€ (frais d'animations inclus)