

# « AUTEUR DE SA VIE - ACTEUR DANS LE MONDE »

Abbaye d'En Calcat (81) du 24 au 30 mai 2025



Se déconnecter 6 jours pour se reconnecter à l'essentiel et se donner les moyens d'écrire une nouvelle page de son histoire. Quel que soit son âge (jeune professionnel pour un projet de vie, actif pour une reconversion, senior pour une fin de carrière ou un projet de retraite), oser un pas de côté et se laisser transporter vers d'autres horizons.

## Objectifs de la session :

- Se ressourcer et prendre du recul pour relire sa vie personnelle et professionnelle
- Identifier un projet de vie porteur de sens, réaliste et réalisable
- Faire des choix cohérents avec soi-même et les besoins du monde
- Faire le point sur ses valeurs et ses aspirations pour définir des priorités de vie
- Repérer ses forces et ses compétences, ses motivations, ses freins et ses limites

## Moyens proposés :

- Un cadre confortable et porteur, fait de silence et de beauté
- Une communauté accueillante et priante, ouverte à tous les chercheurs de sens
- La synergie d'un groupe intergénérationnel, dans une écoute respectueuse de chacun
- Des méthodes actives et créatives, faisant appel à l'imagination et au symbole, pour faciliter l'expression en profondeur : éveil corporel, visualisation, danse, écriture, dessin etc.
- Une alternance d'exercices personnels et en groupe, d'entretiens individuels et d'apports théoriques



[www.trefle-aventure.com](http://www.trefle-aventure.com)

## RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

♣ **Dates et lieu :**

Du samedi 24 mai 2025 (17h) au vendredi 30 mai 2025 (9h) à **l'abbaye d'En Calcat (81)**

♣ **Comment s'y rendre :** abbaye d'En Calcat <https://encalcat.com/plan-d-acces>

♣ **Matériel à apporter :** sera précisé ultérieurement

♣ **Finances :**

- Hébergement, repas, matériel, animation : **800 €** pour les 6 jours.
- Le coût ne doit pas être un obstacle. Ne pas hésiter à en parler.

♣ **Renseignements et inscriptions auprès de** Pierre-Emmanuel Vidal

06 87 09 71 84     [contact@trefle-aventure.com](mailto:contact@trefle-aventure.com)

♣ **Inscription :** en retournant le bulletin ci-dessous à **Trèfle Aventure**, *Cité Multimédia*, 2 rue Thomas Edison, 64000 Pau, accompagné d'un chèque d'acompte de **300 €, à l'ordre de Trèfle Aventure, qui bloquera définitivement votre inscription au 30/04/25.**

---

### BULLETIN D'INSCRIPTION

Session « Auteur de sa vie - Acteur dans le monde »

Nom et prénom : .....Âge : .....

Adresse : .....

Téléphone : .....Mail : .....

**J'indique ici les principales motivations qui me poussent à vivre cette session :**