

# Trouver mon équilibre

## Retraite au chalet avec le Travail de Byron Katie

Le Travail de Byron Katie, basé sur le questionnement, permet de prendre conscience de nos pensées limitantes et de les laisser nous quitter, afin de devenir plus libres et plus reliés à ce que nous voulons vraiment.

**17,18 et 19 avril 2020**

A Rebeuvelier dans le Jura suisse

Trouver mon équilibre entre :

*Attentes et désirs*

*Mouvement et immobilité*

*Réaction et création*

*Préservation et renouvellement*

Être capable de me regarder tel que je suis, avec bienveillance.



Animation : Nathalie Membrez +41(0)79 454 97 11  
Renseignement et inscription : [natmembrez@bluewin.ch](mailto:natmembrez@bluewin.ch)

Du vendredi 17 avril à 18h00 au dimanche 19 avril 2020 à 18h00

Tarif : CHF 120.- plus contribution à la nourriture en nature (amener salade ou légumes pour soupe ou fromage ou autre)

Limité à 5 personnes, hébergement en chambre « dortoirs »

Prévoir des habits confortables et des chaussures de marche

[www.le-travail.ch](http://www.le-travail.ch)