

Stage d'exploration des 3 états du Système Nerveux Autonome

Vendredi 4 juillet 2025 - 17:00

Du vendredi 4 au dimanche 6 juillet 2025 à 17h.

3 Jours de (re)connexion ouverts à tous.tes pour expérimenter en confiance la connexion à soi et aux autres, accompagnés par 3 femmes : Alyne Huot, Béatrice Fournier et Océane Seston.

Un séjour pour goûter la lenteur et la sécurité permettant de se connecter à soi, aux autres et à la nature.

Vous aurez l'opportunité de découvrir les notions de bases à propos du développement de votre cerveau et de votre Système Nerveux Autonome, à travers des mises en situation variées et consenties. Ces propositions seront associées à des temps de parole et d'écoute dans un cadre informé par la Théorie Polyvagale, la Théorie de l'attachement et la Communication NonViolente pour vous permettre de vivre l'expérience de façon sécurisée.

Toutes les informations pratiques ici : <https://explois.com/exploration-du-systeme-nerveux-autonome/>

Commune(s)

Balazuc

[Afficher la carte](#)

44.5057343, 4.3630572