

# SPA EASTMAN

---

*Profitez de cet atelier pour  
venir visiter l'une des plus  
belles régions du Québec et  
poursuivez votre séjour  
pour en visiter d'autres !*

## L'atelier **ÉCOUTE TON ÂME** dans les Cantons de l'Est (Québec)

avec **Lise Bourbeau**, auteure et  
fondatrice d'Écoute Ton Corps



**Du 8 au 10 juin 2018**

# ÉCOUTE TON ÂME

*Animatrice : Lise Bourbeau*

Quoi de plus captivant que de partir à la découverte de son univers intérieur ! Par le biais de différents exercices, détente dirigées et méditations, vous pourrez explorer les domaines de l'âme et de l'esprit sans toutefois décrocher de la réalité.

***Quelques-uns des thèmes développés :***

- Les besoins réels de son âme afin de vivre de façon plus consciente
- Le monde de l'âme (astral) et de l'esprit
- Une régression de groupe pour découvrir sa raison d'être
- Un grand exercice de pardon
- Les dons psychiques, la réincarnation, le plan astral, la méditation, l'intuition.

*« Depuis que j'ai suivi l'atelier Écoute ton âme, le vide intérieur que je ressentais est comblé par une joie et une paix inégalées. Les choses se placent dans ma vie d'une manière harmonieuse et je suis bien consciente qu'il ne dépend que de moi pour que cette situation perdure. »*



## Séjour du 8 au 10 juin 2018

**À PARTIR DE 825 \$ (environ 550€)**

Incluant l'atelier avec Lise Bourbeau, l'hébergement pour 2 nuits, 3 repas de fine cuisine santé par jour, ainsi que l'accès à Eastman-les-Bains; piscines, bains hammam, aux bains chauds extérieurs, bain et circuit Kneipp, bain polaire, étang écologique pour la baignade, accès aux sentiers et au gym.

# SPA EASTMAN

Réservations  
1-800-665-5272 / 450-297-3009  
courrier@spa-eastman.com  
www.spa-eastman.com

**Places limitées**



Le Spa Eastman est élu « Le meilleur spa au Canada » selon SpaFinder 2015 Wellness Travel Awards, en plus d'être parmi le TOP 10 des meilleurs spas au monde.