



*Sylvie Grolleau*  
*formatrice agréée PRH*



*Maintenon, le 01 août 2019*

*Bonjour,*

*Notre stage loisirs « lever les freins et les entraves à ma croissance » approche à grand pas ! Pour vous y préparer, voici quelques échos de l'Ancien Monastère de Sainte Croix, où nous nous retrouvons.*

- *La météo s'annonce plutôt agréable (pas de canicule en perspective), avec malgré tout une possibilité d'orages. Donc prévoyez bien !*
- *Je vous rappelle que la Drôme coule tout près de l'Ancien Monastère ; c'est un vrai bonheur de s'y rafraîchir, mais pensez bien à vos chaussures d'eau pour savourer vraiment la baignade. ( il y a vraiment beaucoup de galets...)*
- *Jean-François, en plus d'aimer la marche nordique, aime aussi les parties de pétanque. Avis aux amateurs (il apportera quelques paires de boules de pétanque en plus)*
- *Sur place, 2 femmes proposent des massages ayurvédiques...C'est très agréable (j'ai testé l'an dernier). De mémoire, la séance d'1heure est à 50,00 euros.*
- *Nous cohabiterons avec un groupe de musiciens qui préparent un concert de Haendel pour le 16 août. Aussi, ne soyez pas étonnés de ne pas trouver l'atmosphère recueillie des moines et moniales cisterciens, mais plutôt celle d'une joyeuse dynamique de travail musical.*
- *A propos de nos horaires : Je souhaite vous offrir la possibilité d'un authentique travail de session PRH bien sûr, dans une ambiance où il fait bon vivre et où toute notre personne est bien à l'aise.*

*Aussi, j'adapterai probablement les horaires afin que vous puissiez bénéficier pleinement de tous les aspects du stage (marche à la fraîche, sieste bien méritée aux heures chaudes et travail de la session dans une relative fraîcheur grace aux murs épais du monastère), avec un début de journée plutôt vers 8h30, une bonne pause à midi et une possible fin de travail le soir vers 19h.*

*Par contre, nous débuterons le stage dimanche 11/08 à 14H.*

- *Pour finir, Jean-François me dit que nous prendrons parfois la voiture pour rejoindre le départ pour la marche nordique. Nous nous organiserons donc pour le co-voiturage.*

*A très bientôt, la joie de ce travail ensemble !*

*Sylvie*