

*Ludivine Vitalie**Valérie Cupillard**Léa Bourratière**Laurence Devillairs*

## UNE RETRAITE ORGANISÉE EN COLLABORATION AVEC LUDIVINE VITALIE

**Ludivine Vitalie** a ouvert en 2017 son cabinet à Saint-Tropez, près de la Ponche, en tant que facialiste. **Spécialiste en massage facial bien-être et anti-âge**, elle prône la beauté vivante et vibratoire en développant des expériences de soins hautement sensorielles. Parce que le visage est intimement lié aux émotions, elle s'est spécialisée dans les apports des neurosciences dans l'accompagnement.

**Valérie Cupillard** est créatrice culinaire et auteure de nombreux ouvrages de référence en matière d'alimentation saine. Elle partage plus de 25 ans d'expérience dans le domaine des **recettes de santé et des huiles essentielles culinaires**.

**Léa Bourratière** est spécialiste des **modalités de guérison par le son**, explorées aux quatre coins de la terre. Son inspiration est puisée dans les forces de la nature autant que dans les pratiques traditionnelles et modernes - elle mixe approche intuitive et enseignement dynamique pour transmettre à ses élèves la capacité de développer leurs propres outils d'exploration.

**Laurence Devillairs**, Normalienne, agrégée, docteur en philosophie, spécialiste de Pascal, Laurence a notamment publié : *La Splendeur du monde* (Stock, 2024) • *Être quelqu'un de bien* (Points, 2024) • *Principe d'inquiétude. La Philosophie de Pascal* (Puf, 2022) • *Petite Philosophie de la mer* (La Martinière, 2022) • *Guérir la vie par la philosophie* (Puf, 2017). Elle est directrice de collection aux Presses universitaires de France, conférencière et **enseigne la philosophie** à l'École de Droit de l'université de Paris 1 Panthéon-Sorbonne.

## PROGRAMME

### JOUR 1 - VENDREDI 15 NOVEMBRE

- . Arrivée
- . « Harmonisation sonore »
- . Déjeuner
- . Temps libre / Soins « Massage facial beauté liftant »
- . Dîner philosophique « Petite philosophie de la Mer »
- . Yoga nidra et sonore

### JOUR 2 - SAMEDI 16 NOVEMBRE

- . Danse intuitive sur le thème « La beauté en mouvement »
- . Petit-déjeuner
- . Temps libre / Soins « Massage facial beauté liftant »
- . Atelier Qi Gong visage
- . Déjeuner pique-nique
- . Atelier : comment le pouvoir des huiles essentielles et hydrolats subliment la cuisine
- . Soins « Massage facial beauté liftant »
- . Dîner débat philosophique « La Splendeur du Monde »

### JOUR 3 - DIMANCHE 17 NOVEMBRE

- . Petit-déjeuner
- . Temps libre / Soins « Massage beauté liftant »
- . Atelier suivi d'un déjeuner : IG Bas 100 % veggie pour une plus belle peau
- . La voix, vibration de la beauté / Soins « Massage facial beauté liftant »
- . Atelier méditation olfactive et sonore
- . Temps libre
- . Dîner débat philosophique « La Splendeur du Monde »

### JOUR 4 - LUNDI 18 NOVEMBRE

- . Marche guidée
- . Soins « Massage facial beauté liftant »
- . Échanges sur les émotions du week-end
- . Brunch

*Dates : du 15 au 18 novembre*

*Tarifs : Solo : 2320 € - Duo : 1800 € par personne soit 3600 € - Sans hébergement : 1550 €  
12 participants maximum – 6 minimum*

*Vols recommandés depuis Paris :*

**Easyjet Paris - Nice** : Le vendredi 15 novembre : 8h30 – 10h00

**Easyjet Nice - Paris** : Le lundi 18 novembre : 18h55 – 20h25

*Infos et résas : [hotel@laponche.com](mailto:hotel@laponche.com) - [www.laponche.com](http://www.laponche.com)*