

Stage Méditation & écriture

19 et 20 septembre 2026

Un week-end pour une rencontre entre la méditation Pleine Présence® et votre écriture sensible

Lieu	Marmande
Dates	Du samedi 19 septembre, 9h30, au dimanche 20, 17h
Nombre de participant.e.s	6/8 participant.e.s maximum
Hébergement	A la discrétion des participants
Tarif	160€ TTC

Vos envies !

- Vous vous lancez dans l'écriture mais vous ne savez pas comment vous y prendre
- Vous cherchez à mieux traduire vos ressentis, émotions, élans, dans votre écriture
- Vous voulez faire de votre écriture une alliée au quotidien

Je vous propose de :

- Goûter l'émergence des mots depuis votre profondeur
- Déployer votre expression, du ressenti à la mise en mots, de la phrase à la page...
- Dépasser vos obstacles et trouver vos ressources singulières



Didier Austray est coach en écriture, formé à l'animation d'ateliers d'écriture et consultant en Pédagogie Perceptive

Renseignements auprès de Didier Austray
Tél. : +33 6 82 12 09 79
Mail : didier.austry@gmail.com
Site : didier-austry.fr

L'écriture nous construit et déploie notre authenticité !

Le lien à votre intériorité est une force nourrissant votre écriture !

Rencontrez vous dans votre écriture et déployez toute la richesse de votre expressivité !