



BULLES NATURE

Se ressourcer, s'amuser et se rencontrer entre femmes

Des week-ends entre femmes, des cercles de femmes ainsi que des journées « femmes et enfants ». Des bulles hors du temps en nature pour se déposer, se retrouver, se relier. Des propositions créatives, du mouvement doux, des temps de pauses et de partages.

Association vaudoise des UCF

Pour des femmes de tous âges et de tous horizons, qui ressentent l'envie de prendre l'air, de se ressourcer, de rencontrer d'autres femmes et de passer du temps dans la nature.

Cercles de femmes

Dans un cadre bienveillant, sécurisant et confidentiel, chaque femme a l'occasion, le temps d'une soirée, de se dire, d'être entendue et accueillie, d'offrir son oreille, de vivre la sororité et se sentir soutenue.



sa 22 février, ve 28 mars, ve 16 mai, je 12 juin, ve 29 août, je 25 septembre, je 30 octobre, ve 28 novembre, de 19h00 à 21h30



Donatrye (VD) ou environs



participation libre entre CHF 5.– et 20.– par soirée, selon les possibilités, à donner sur place



079 381 49 68 (Anette)

Journées femmes & enfants

Des samedis ressourçants et ludiques pour se laisser porter par le groupe, rencontrer d'autres femmes et enfants, partager un moment simple et joyeux dans une jolie cabane au coin du feu. Possible aussi de venir avec son enfant intérieur.



sa 29 mars 2025, sa 15 novembre 2025, de 10h à 16h



Refuge de Villarepos (FR)



participation libre entre CHF 10.– et 40.– par journée, selon les possibilités, à donner sur place



valerie.schmutz@bluewin.ch
076 500 62 30

Week-ends

Des week-ends de ressourcement au cœur de la nature, bercés par la douceur du printemps ou de l'automne. En petit groupe, des moments de partage authentiques dans des lieux chaleureux. Yoga en plein air, cercles de parole, chant, créativité et méditation en forêt offrent un retour à soi dans un cadre bienveillant.



3-4 mai 2025,
13-14 sept 2025,
du samedi à 10h
au dimanche 16h



Camp de Vaumarcus (NE), avec vue sur le lac de Neuchâtel



Participation libre entre CHF 120.– et 200.– pour le week-end, repas et nuitée inclus, à verser à l'avance. Le prix ne doit pas être un obstacle à votre inscription.



valerie.schmutz@bluewin.ch
076 500 62 30

Une activité proposée par les UCF vaudoises.

Découvrez nos autres projets sur : www.ucfvaud.ch

Association vaudoise des UCF

Pré-du-Marché 15 - 1004 Lausanne
021 312 78 72 - contact@ucfvaud.ch - www.ucfvaud.ch

