

TIERRA ENCANTADA · NOSARA, COSTA RICA

L'ÉVEIL DU NOUVEAU MONDE

Sortir de la matrice, éclore enfin

Avec Anne Givaudan et Antoine Achram, Anne Bernard et Daniel Gagné

8 - 15 MAI 2027

An aerial photograph of a tropical resort. Several huts with thatched roofs are nestled within a dense, lush jungle. The huts have wooden frames and some have balconies. The surrounding vegetation is thick with various types of trees and plants, including banana trees. The overall atmosphere is serene and secluded.

*Une invitation à ralentir,
se souvenir et se reconnecter.*

Cette retraite

Faites l'expérience d'une retraite rare et intime, conçue pour nourrir votre corps, apaiser votre système nerveux et éveiller des dimensions plus profondes de la conscience.

Cette retraite de sept jours se déroule à Tierra Encantada, un sanctuaire privé d'éco-bien-être situé dans l'une des célèbres Zones Bleues du monde – ces régions reconnues pour la longévité, la vitalité et la qualité de vie de ceux qui y vivent.

Guidée par Anne Givaudan, Antoine Achram, Anne Bernard et Daniel Gagné, la semaine offre un cadre à la fois puissant et doux pour l'exploration intérieure, la guérison et une intégration durable.

Groupe intime – dix-huit participants au plus. Du 8 au 15 mai 2027, à Nosara, Costa Rica.





NOS VOISINS, DANS LA CANOPÉE

Le lieu

Tierra Encantada est un sanctuaire vivant, né de l'alliance consciente entre l'être humain et la nature.

Construit à partir de matériaux naturels — le chanvre et le bois de récupération — alimenté par l'énergie solaire et doté d'un système de récupération des eaux de pluie, le lieu incarne une vision écologique profondément ancrée.

Une ferme en biodynamie et en permaculture fournit une grande partie de l'alimentation. Les jardins de plantes médicinales, la shala en plein air, le tipi à usage cérémoniel, la piscine, le sauna et les espaces de régénération créent un environnement naturellement propice à la guérison et au renouveau intérieur.

Douze logements sur une colline au-dessus de Nosara — trente lits, chacun avec sa salle de bain et sa climatisation.



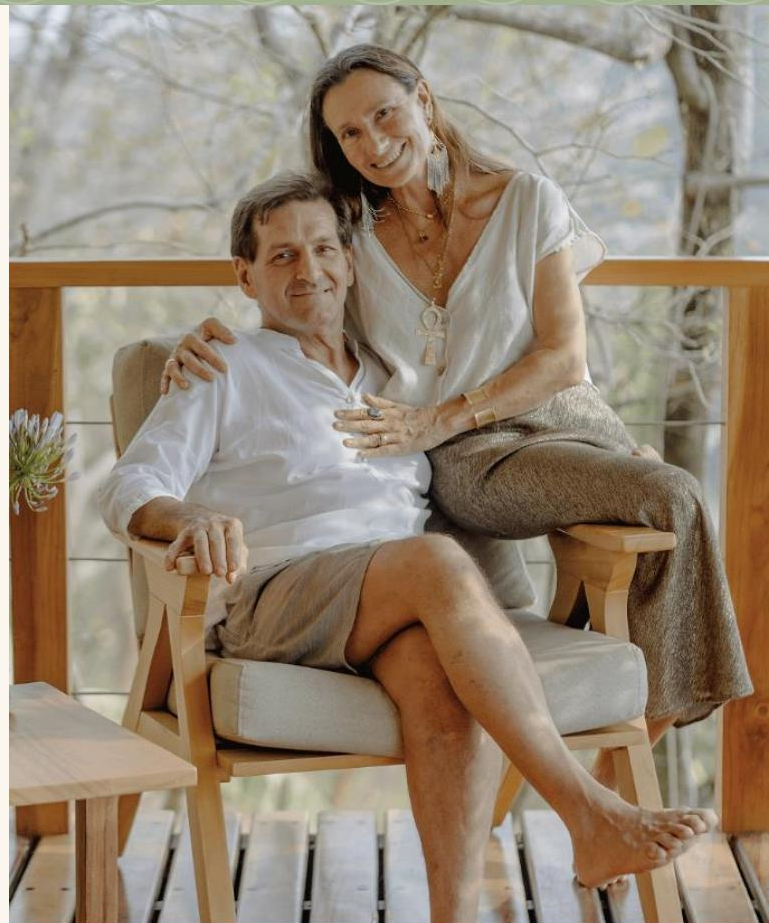
DEPUIS VOTRE CASITA

Les fondateurs

Il y a quelques années, Daniel et Anne ont découvert cette terre enchantée à la suite d'une retraite qui a profondément transformé leur vie.

Le début de ce voyage est né d'une rencontre fortuite avec une chamane à Nosara, qui les a mis en relation avec l'ancien propriétaire du terrain. Captivés par la beauté sauvage et intacte du lieu — cet équilibre rare entre tranquillité profonde et proximité des plages de Nosara — ils ont immédiatement senti avoir trouvé leur « chez-eux loin de chez eux ».

Ils y vivent, et ils accueillent.



Vos animateurs



ANNE GIVAUDAN

Enseignements



ANTOINE ACHRAM

Ancrage et intégration



ANNE BERNARD

Naturopathie



DANIEL GAGNÉ

Le lieu et la terre

Celles et ceux qui vous accompagnent

ANNE GIVAUDAN

Plus de quarante ans d'expérience. Elle accompagne l'exploration des plans subtils, la guérison multidimensionnelle et les états profonds de conscience.

ANNE BERNARD

Naturopathe. Elle accompagne le chemin de transformation par la nutrition consciente, la conscience du corps et le soin du système vivant.

ANTOINE ACHRAM

Il soutient l'ancrage, la présence et l'intégration par une approche incarnée, sensible et accessible, afin d'enraciner durablement les expériences de la retraite.

DANIEL GAGNÉ

Cofondateur. Il a bâti Tierra Encantada de ses mains et veille sur la terre, la ferme et les arbres. Il accompagne le groupe toute la semaine.





LE CERCLE, DANS LA SHALA

Les matinées sont consacrées aux enseignements et à la méditation. Les après-midi vous appartiennent.

Ce que vous vivrez

- Élever vos vibrations par des pratiques adaptées
- Commencer à devenir maître de vos pensées et de vos émotions
- Voyager dans le passé pour y guérir des blessures encore actives, par des méditations guidées
- Entrer en contact avec la nature très préservée du Costa Rica et sa faune
- Bénéficier des soins et des cérémonies proposés au centre de bien-être
- Beaucoup de temps libre, pour que l'intégration se fasse d'elle-même





La semaine

Les matinées appartiennent à Anne et à Antoine. Les après-midi vous appartiennent.

Six matinées d'enseignement et de méditation, dans la shala ouverte sur la jungle : les mondes subtils, la guérison multidimensionnelle, la mission d'âme, la rencontre des Êtres de Lumière, et pour finir l'intégration.

La journée commence avant le jour, par une méditation — puis, selon l'envie, du yoga, une marche en montagne ou une marche sur la plage au lever du soleil.

Les après-midi sont libres, et c'est voulu. Le spa, la piscine, les sentiers, la plage de Nosara, le village — ou rien du tout. C'est là que le travail du matin se dépose.

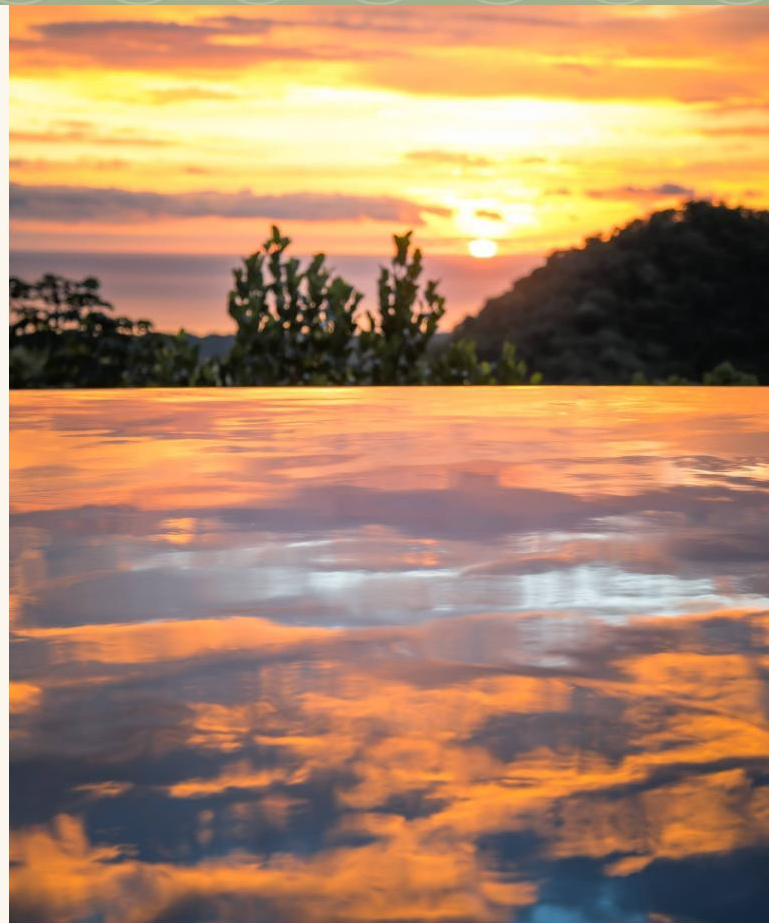


Les soirées

Une cérémonie du cacao et une danse extatique sous le tipi. Un grand bain de son. Un atelier de respiration profonde. Des cercles de parole. Une cérémonie du feu, le dernier soir.

Et, un jour, en option, un catamaran au coucher du soleil, à la rencontre des dauphins et des baleines.

Entre tout cela : une ferme en biodynamie qui approvisionne la table, une cuisine biologique préparée le jour même, et dix-huit personnes qui traversent la même semaine.



Les pratiques de la semaine

- Méditation et pleine conscience, chaque jour
- Yoga et étirements, chaque matin
- Respiration profonde — un atelier de deux heures
- Bain de son — bols de cristal, gongs et tambours
- Cérémonie du cacao et danse extatique, au tipi
- Cérémonie du feu, le dernier soir
- Cercles de parole
- Atelier de nutrition et de cuisine locale bio

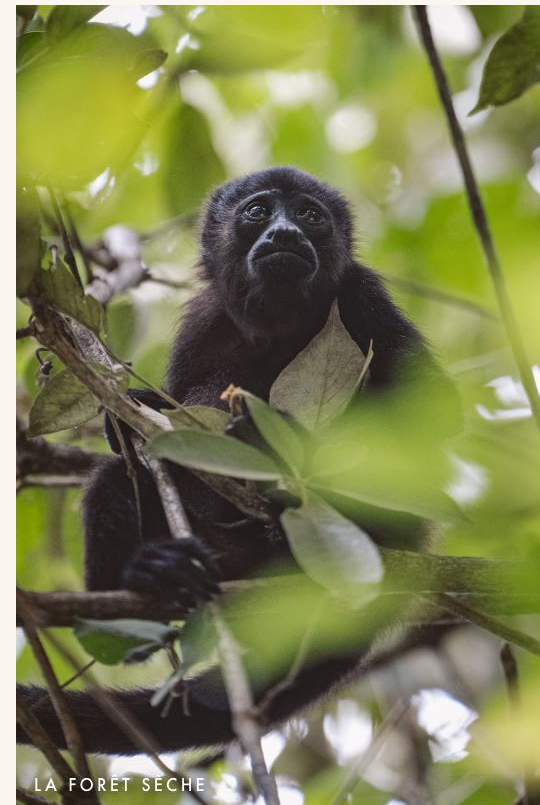


PRÉPARÉ LE JOUR MÊME

En option, sur place

- Catamaran au coucher du soleil – à la rencontre des dauphins et des baleines
- Cours de surf
- Possibilité de rencontre individuelle avec Anne et Antoine
- Les soins au Spa Vie Harmony, le centre d'Anne Bernard, sur rendez-vous

Les excursions et les soins se règlent séparément.



LA FORÊT SÈCHE



LA PISCINE, AU COUCHER DU SOLEIL

Ce qui rend cette retraite singulière

- Au cœur d'une Zone Bleue — un territoire rare, reconnu pour la longévité et la vitalité de ceux qui y vivent
- Un groupe intime, dix-huit participants au plus, qui rend possibles la profondeur et la qualité de l'accompagnement
- Un rythme conscient, qui honore le corps, le système nerveux et les cycles naturels
- Des enseignements profonds, associés à des pratiques incarnées et intégrables dans la vie quotidienne
- Beaucoup d'espace pour le repos, le silence et l'intégration, pour que les transformations s'installent en douceur
- Une cuisine biologique, sans gluten ni produits laitiers, préparée le jour même



LE GUANACASTE

Les tarifs

	INDIVIDUELLE	DOUBLE	3 À 4
Premium vue océan	3 820 €	3 070 €	2 790 €
Chambre vue océan	3 450 €	2 830 €	—
Chambre vue jungle	3 270 €	2 710 €	—
Glamping deluxe	2 900 €	2 470 €	—
Dortoir jungle	3 210 €	2 670 €	2 470 €

Les couples qui s'inscrivent ensemble bénéficient d'une remise supplémentaire de 10 % par personne.

Montants par personne pour les sept nuits, hors taxe de vente de 13 %. Un acompte de 500 \$ US confirme la réservation ; il n'est en aucun cas remboursable. Après l'inscription, le séjour peut être réglé en versements mensuels ; le dernier versement est dû au plus tard le 7 mai 2027. Tous les montants versés sont non remboursables — une assurance annulation toutes causes est fortement recommandée. Un dépôt de garantie de 500 \$ US est demandé sur place et restitué dans les trois jours suivant le départ.

CE QUI EST COMPRIS

- Sept nuits d'hébergement sur place
- Tous les repas biologiques, du jardin et de la ferme
- Tous les enseignements avec Anne Givaudan et Antoine Achram
- L'ensemble des pratiques, ateliers et cérémonies du programme
- L'accès au domaine : la shala, le tipi, la piscine, le sauna, les sentiers
- Les randonnées en montagne et les marches à la plage

NON COMPRIS

- La taxe de vente de 13 %
- Les billets d'avion et les transports terrestres
- Les excursions facultatives
- Les soins au Spa Vie Harmony, le centre d'Anne Bernard
- Les rencontres individuelles avec Anne et Antoine
- Les boissons et collations hors repas et les pourboires

Le samedi 8 mai au matin, deux façons de rejoindre le domaine.

Arriver

- Vol international jusqu'à San José — aéroport Juan Santamaría
- L'arrivée se faisant en fin de journée, il est conseillé de passer la nuit précédente à San José, près de l'aéroport
- Navette terrestre partagée jusqu'à Nosara — environ cinq heures de route
- Ou vol intérieur avec Sansa, San José – Nosara — environ quarante minutes, et une vue aérienne remarquable

Les vols et les transports terrestres ne sont pas compris dans le tarif de la retraite.



Inscriptions et renseignements

Anne Bernard ou Daniel Gagné — Tierra Encantada

info@tierraencantadacr.com

WhatsApp +1 707 509 9767

www.tierraencantadacr.com

